

بنت النيل



ابريل ١٩٥٠

اليزابيث آردن

غاية مرادك

ان مستحضرات اليزابيث آردن ذات الالوان الطبيعية
الثابتة سوف تضيفى على جمالك حيوية وانسجاما ...
فيتألق صفاء وبهجة ... وبفضل اليزابيث آردن
سيكون السبيل مكسوا بالورود التى تحقق لك الكمال
الذى توفره هذه المستحضرات .

لقد أعدت لك اليزابيث آردن لونا خاصا من أحمر
الشفاه ينسجم مع لون بشرتك بالذات .. ولسوف
تجدين كذلك البودرة وظل العينين (آى - شادو)
الذين ينسجمان وأحمر الشفاه ...

وكذلك الحال مع كافة المستحضرات الثمينة التى
تقدمها لك اليزابيث آردن .



Elizabeth Arden

وتنصحك مس آردن - عميدة معامل التجميل الشهيرة - باستعمال هذه الالوان
الجازبية التى تنسجم مع الوان البشرة المختلفة .

ولأى استعلام اتصلى بمس كيس الخبيرة الاخصائية لمعامل اليزابيث آردن طـرف الوكلاء
سلاوى وشركاه ايمويليا ٣٣٧ تليفون ٤٧٧٩١ التى يسرها أن تضع خبرتها فى خدمتك وان
ترشدك الى الالوان التى تناسبك وأفضل الطرق لاستعمال مستحضرات اليزابيث آردن .

تباع فى المحلات الآتية

بالاسكندرية :	بالقاهرة :	بمصر الجديدة :	بالسويس :	بالاسماعيلية :
محل شالون لار دى لاكوافير سوكرات وشركاه	محلات شيكوريل محلات شالون اجزاخانة نورتون محل سوكرات	اجزاخانة نورتون بيور سعيد : محلات سيمون أرزت	اجزاخانة جانيس بالمنصورة : مخازن أدوية الحرية	اجزاخانة انترناسيونال باسوان . ماجىلا فرايس فوتو ستورز

أول الفين قطر

منذ اسبوع افتتح اتحاد بنت النيل اول مدرسة لمكافحة الامية بين النساء فى حى بولاق ، ولست فى معرض تصوير درجة الاقبال على تلك المدرسة ولافى المعانى التى تضمنها الاحتفال بافتتاح أول مؤسسة علمية من هذا الطراز ، فذلك شئ يعرف عنه الناس ويقدرونه حق قدره .

ولست أزعج أننا عملنا شيئاً بل فى يقينى أننا لانزال فى أول الدرج ، وان الخطوات المقبلة هى التى ستتوج نشاط اتحاد بنت النيل وتثبت حيويته ، وذلك حين يرى المصريون فى كل قرية ومدينة مدرسة لمكافحة الامية بين الاناث ويرى المسئولون الى أى مدى يبذل الاتحاد فى سبيل مصر دون رجاء أو جزاء ودون من أو دعاية هنا وهناك .

ومن تردد القول أن نعدد الفوائد العاجلة من تعليم السيدات الاميات القراءة والكتابة ومبادئ الصحة العامة وشيئاً من التثقيف المناسب، فان أثر ذلك على تكوين البيوت وتوجيهها فى حياتها الخاصة شئ مفهوم وملحوس عند ذوى الراى الذين يعرفون أبسط قواعد علم الاجتماع .

ونحن حين نكافح الامية بين النساء انما نؤدى رسالتنا التى من أجلها أنشئ اتحاد بنت النيل ، والغرض من اتحادنا هو تحقيق المساواة المطلقة بين النساء والرجال فى الشئون العامة وفى مقدمتها حق الانتخاب وحق الترشيح فى البرلمان المصرى وفى الهيئات التى ينبغى أن تقوم عن طريق الانتخاب العام كانتخاب البلديات ومجالس المديریات .

ولسنا نريد أن نكرر المأساة التى وقع فيها الرجال منذ سبع وعشرين سنة فأذنوا لكل رجل بحق الانتخاب مهما يكن جاهلاً بالقراءة والكتابة وحرماً كل امرأة من التصويت مهما تكن عالمة أو مثقفة ، بل نحن نريد أن نخط تاريخنا بمداد لا تشوبه نكرة الجنس أو نكاد من غير وعى، بل نريد أن نعلم بنات جنسنا جميعاً حتى اذا دار الزمن دورته وأقبلت البلاد على انتخاب جديد لن يجد فيها الرجال امرأة جاهلة يحتجون بحرمانها من حق المشاركة فى الانتخاب بأنها لاتعرف القراءة والكتابة ، فتكون مطالبنا السياسية معقولة ومدعمة بالحجج والاسانيد ، ويبقى على الرجال عندئذ أن يقلدونا فيحرّموا الجاهل من حقوقه السياسية ولهم فى النساء أسوة وفيما صنع اتحاد بنت النيل ارشاد وتوجيه .

هذه هى قصة المدرسة الجديدة ، وهى حجر الاساس فى القضاء على الجهل وهو آفة كل سيدة فى العالم عامة وفى مصر خاصة ، واذا كانت مدرسة واحدة فان عشرات غيرها ستخطو على هديها حتى يصبح القطر غيثاً ويقضى على الجهالة بين جميع المصريات .

د. بهاء حنظل

حسن تصريف

للكنوز البرصم عيب

تلقيت مئات الشكاوى من إدارة الكهرباء والغاز بالقاهرة ، وكنت أعتقد أن هذه الشكاوى فردية او خاصة لا يليق أن نعقب عليها بسؤال أو تعليق وخاصة أن أزمات الشعب الاخرى التى تتصل بمعاشه أولى بالرعاية والتقدير وأحق بتعليق الكتاب والصحفيين حتى قرأت فى الصحف أن الإدارة المذكورة قد قررت منع تركيب النور فى العمارات الجديدة أو (توصيل الكابلات) على حد التعبير الفنى الذى أذاعته الصحف منذ حين

حينئذ رجعت الى الشكاوى العديدة التى تلقيتها ، فاذا إدارة الكهرباء والغاز تثبت أنها بحق غير جديرة بالارث الذى تلقته عن شركة ليبون فان حسن التصريف من شأنه أن يخفف لومها لوشاءت الايمان بأن حل العقد وظيفه الاذكياء النادرين ، والذى أعلمه أن على رأس تلك الادارة أذكياء نادرين ، ولكن تعوزهم الجرأة لتوصف قراراتهم بحسن التصريف، أن الادارة المذكورة لا توقع عقدا مع صاحب عمارة الا اذا أقرها بوقف المصاعد من الساعة الخامسة الى الثامنة مساء بحجة أن الضغط فى تلك الساعات على الادارة شديد ، ومنذ متى كانت الشمس تغيب فى صيف القاهرة عند الساعة الخامسة مساء الا أن يكون المشرفون الجدد حين قرروا هذا القرار يعلنون أنهم لا يعرفون القاهرة ولا يعرفون معها قليلا من جغرافية المدن والأقاليم

الغروب لما احتاجت الادارة الى أن تقرر حرمان البيوت الجديدة من الكابلات أو تأمر بوقف المصاعد ساعات ..

وفضلا عن قرار الادارة بوقف النور والمصاعد عن البيوت وما يترتب على ذلك من استحكام أزمة المساكن وهى عصب الغلاء الفاحش فى مدينة القاهرة ، فاننا نسأل إدارة الكهرباء ماذا يصنع المرضى اذا أرادوا زيارة طبيب فى تلك الساعات الثلاث ، ولا بد للطبيب من شقة وقد تكون فى عمارة جديدة ، وماذا يكون أمر التى حضرتها الولادة وهى تقطن الدور السابع اذا كان طبيبها مريضا بالقلب او كبيرا فى السن ؟ وماذا يكون أمر الموظفين وأصحاب الاعمال اذا عادوا الى بيوتهم فى الساعة مساء ، أيقنون

فى الشوارع والطرق أم يجازفون بقلوبهم ويقفزون مئات الدرج ؟

لو فكر المسئولون عن ادارة النور والكهرباء هذا كله أو فى بعضه لما اتخذوا هذه القرارات السريعة التى اثارَت اعصاب عشرات الالاف من المواطنين، حتى ان بعض الشكاوى تجزم بأن أصحاب القرار لا يسكنون الا فيلات فهم لا يقدرّون مصاعب الطلوع والنزول ؟ او انهم فرغوا شخصا من أزمة السكن فلا يعنون بالالوف كيف تسكن العمارات من غير نور ؟

ولا أريد أن أذهب مذهب عامة المشتكين . فانى التمس العذر لادارة الكهرباء والغاز حين تضيق بها السبل ، فالضغط عليها شديد ولا بد من معاونتها على أداء رسالتها وتكون معاونتها من الحكومة أولا باصدار تشريع يستعجل اغلاق المحلات التجارية وما اليها قبل الظلام على أن تعوض ساعات العمل فيها اثناء النهار، وتكون معاونتها منا بوقف المصاعد فى الساعات التى لا يحتاج فيها الى مصاعد وخاصة فى عمارات السكن التى يسرف بعض الناس فى استعمالها من غير داع أو مبرر مفهوم وتكون معاوننة الادارة لنا بالرجوع عن قرارها بوقف توصيل الكابلات وما الى ذلك من قرارات هاج لها الناس فى كل مكان ، وذلك الى أن يتيسر لها مقومات القوى اللازمة لاطلاق استعمال الكهرباء من غير تخرج أو ضيق .

يجب أن يفكر المسئولون عن الكهرباء انهم يناصرون بقراراتهم الاخيرة الغلاء الفاحش فان المصريين عامة والقاهريين خاصة لا يشكون سينا فى الغلاء قدر شكايتهم من أزمة المساكن وما تترتب عليها من ارتفاع الايجارات

عدد الصيف الممتاز

سر لا يذاع

فسوف تفخر به الصحافة فى الشرق كله
ويسعد به من يقتنيه

احذرى أن تعدى ملابس الصيف قبل مايو المقبل

عدد مايو الممتاز

تخل من جماله وموضوعاته وموضاته

جميع الصحف النسائية فى العالم

١٠ = ١٠٠

موعدنا للحكم عليه اول مايو المقبل

شهر مايو شهر ممتاز لان فيه عدد بنت النيل الممتاز

اتحاد بنت النيل ومحو الأمية

يساهم اتحاد بنت النيل مساهمة فعالة في سبيل محو الأمية بين النساء . وقد أقام يوم السبت الماضي حفلة بمناسبة افتتاح أول مدرسة له في ساحة مدرسة بولاق وأبوالعلا النموذجية بشارع فؤاد الأول حضرها لقيف من كرائم السيدات .

هيا الآن نأخذ مكاننا في السرادق فنرى السيدة زينب لبيب تقدم الدكتورة دريه شفيق رئيسة الاتحاد لتلقى كلمة الافتتاح ولنستمع الآن الى كلمة السيدة اسما فهمي نائبة الرئيسة . إنها تشرح الطريقة العملية لتعليم الاميات التي تتبعها طالبات معهد التربية العالي للمعلمات ، ثم تذكر عدد الطالبات الذي جاوز المائة والخمسين وأعمارهن التي تتراوح بين الخامسة عشرة والخمسين . لنصغ الآن الى الكلمة التي

القاهها عوض بك لطفى مراقب عام التعليم الاولى بالنيابة عن معالي وزير المعارف هيا معي الآن نشرب زجاجة من الكوكاكولا التي قدمتها شركة الكوكاكولا بهذه المناسبة ولنتناول بعض الحلوى . . . هيا بنا الآن نشكر القائمات على هذه المدرسة ونهنئنهن بنجاحهن ونشكر النائب المحترم الاستاذ يس سراج الدين الذي تبرع لهذا المشروع بمبلغ مائتي جنيه .

لنصغ الآن الى الكلمة التي



الدكتورة دريه شفيق رئيسة اتحاد بنت النيل تشرف على التلميذات اللواتي جئن زرافات لتعلم القراءة والكتابة . في مدرسة ابوالعلا الاولى ببولاق



احدى تلميذات مدرسة محو الامية تكتب اسمها على السبورة بخط في غاية من الوضوح



هاهى ذى احدى الطالبات وقد احضرت ابنها معها وتري الام تكتب بينما جلس الولد يشرب الكوكاكولا

واجبك الجامعي

تسهرين الليل وتكدين النهار وتحرمين من كل متعة في الحياة ولا تنقادين الا لغناء عقلك ووحى ضميرك وتسيرين على هدى المنطق تلبية للمثل العليا والمبادئ السامية لتظفري بأجازتك العلمية . كل هذا حسن وجميل ومشرف لفتاة الجامعة ولكن ..

هل هذا هو كل شيء . لا يازميلتي فلسفت بجامعة ما لم تشاركي في كل نشاط يتفق ومواهبك في سبيل وطنك المحبوب . هنا جمعية خيرية تأخذ بيد الفقير والمسكين فلم لا تفرضين نفسك فرضاً لتشاركي ما استطعت حتى يستفيد الغير من علمك

وثقافتك وأفقك الواسع . وهناك أحزاب (هيئات نسائية) لم لاتندمجين فيها وتشجعين الصالح وتنتقدين التافه وتظهري للرجال ان المرأة متى ساوتهم علما فلها ما لهم من حقوق وميزات وانها لا بد أن تشترك في توجيه سياسة البلد .

واذا كنت من الريف فهل فكرت في حالة بنات جنسك الفلاحات المسكينات وأنقذتهن من هوة الجهل الذي ينكبن به والحياة الاجتماعية التي يعيشن فيها، فنواحي الاصلاح تشمل كما نرى أهل المدن أما أهل الريف فخلو من تفكيرنا واعتبارنا .

وتسافرين الى الخارج اذا كنت غنية أو في مهمة فهل حاولت أن تظهرى لا من أجل المظهر نفسه بل من أجل مصرك الحبيبة فتفكرى في اذاعة تبين فيها محاسن بلدك وتعرفين الاجنبى بها وهل اشتركت في محاضرة لتقومى فيها بالدعاية لوطنك وهل أقمت حفلة شاي أو عشاء مضحية بشيء من المال والجهد لتعطى صورة جميلة عن بلدك . وتحديثى عنها فى جو عائلى لطيف .

هنا سيدات كثيرات لم يظفرن بمثل ما ظفرت به ومع ذلك فلهن نشاط يشكرن عليه أما وثقافتك فوق مستوى الثقافات فلا تحجمى ولا تترددى فى المساهمة بكل ما ينفع البلد . فليس الامر علما نخزنه فى العقول . فالحياة الحققة هى القدر الذى يفيده المجتمع من علمك

وثقافتك .

لقد عودتك حياة الجامعة الصبر على البحث والفناء فى الجهاد لاثبات فكرة أو نظرية متحملة العقبات للظفر بغاية رسمتها فهل استفدت من هذا وبحشت عن علل بلادك وموطن الداء فيها لتصفى الدواء وتنقذى وطنك من أمراضه التى طال عليها الزمن لحرمانه من حنان المرأة المتعلمة تعليماً ممتازاً .

بيديك مشعلان . مشعل العطف والحنان اللذان ميز بهما المرأة على الرجل ومشعل العلم والثقافة اللذان اكتسبتهما بجدك واجتهادك فأنبرى بهما الحياة يسر الركب خلفك مطمئناً واثقاً لانك خير من يقود حركة التقدم والرقى فى سبيل راحتك .

روحية القلبنى

نور وا الفرع الجديد لمجلات

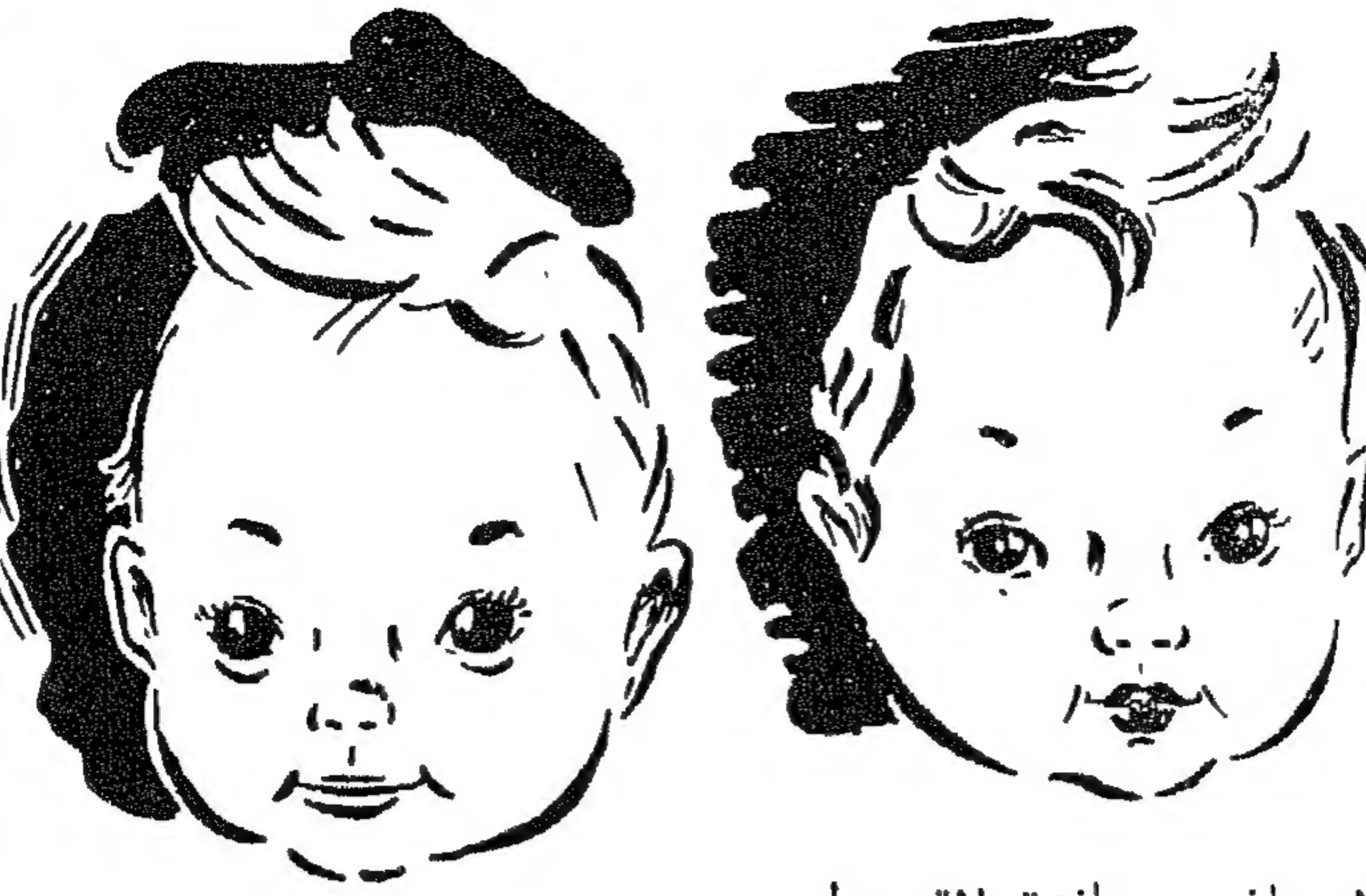
سالى

لأجود الأقمشة
والأزياء الحديثة

١١٤ شارع محمد بك فريد (عمارة الدين سابقاً) بجوار ميدان مصطفى باشا كاس

اهمية اسنان لصناعية

للرئيس محمد رسالته



أسف أن الكثرات من المصريات يعتبرن مجرد وجود أسنان صناعية ، سواء على هيئة أطقم جزئية (ثلاث أو أربع أسنان) أو أطقم كاملة ، أمرا لا يمكن احتماله وعيبا يجب تجنبه وذلك بعدم التفكير فيه - اذ كيف يكون الوضع لو علم الزوج والاولاد بوجود أسنان صناعية في هذا الفم الجميل ؟ لذلك يفضل اكثر سيداتنا البقاء بدون أضراس خلفية أو حتى أسنان أمامية عن عمل أسنان صناعية - وإذا كان ولا بد من ذلك فلتكن من نوع الكبارى الثابتة العتيقة التي يعتبرها جميع البقية ص ٤٦

على مر الايام فى الفراغ الناشئ نتيجة الخلع - وقد بترتب على ذلك مستقبلا خلع الاسنان المجاورة المائلة . واستطيع أن أقرر بكل

الاسنان متساندة لا تستطيع حراكا بالميل للداخل أو الخارج أو الانحراف لاعلى أو أسفل . لان من المقطوع به ان جميع الاسنان الطبيعية وحتى القوية جدا قابلة للتحرك

ان مصر تكاد تكون أقل بلاد العالم استعمالا للأسنان الصناعية - وليس ذلك دليلا على صحة الفم وسلامة الاسنان - لان الاسنان قد وصلت الى أسوأ درجة من الاهمال وعدم الاعتناء .

واستطيع أن أوكد ان نسبة أمراض الاسنان فى مصر أعلى منها فى أى بلد متمدين وذلك لاهمال أهلها الشديد وعدم الامام بأبسط قواعد النظافة والصحة مما فتك بالاسنان المصرية المفروض انها أقوى عنصرا وأصلب عودا من الاسنان الأوروبية أو الأمريكية .

وكثرة خلع الاسنان تحتم التفكير فى الاسنان الصناعية . للأسنان الصناعية اكثر من فائدة فهي أولا تعوض النقص الناشئ عن فقد الاسنان الطبيعية من ناحية المظهر الخارجى وهذا له أثره البعيد فى سماحة الوجه واشراقه سواء كان ذلك فى الرجل أو المرأة .

والفائدة الثانية للأسنان الصناعية هي مساعدة الفكين على مضغ الطعام جيدا بحيث يصل الى المعدة فى حالة سهولة الهضم وإيهامال او تراخ فى هذه الناحية قد يترتب عليه عاقبة وخيمة اذ ان الكثير من حالات عسر الهضم او قرح المعدة او الامعاء قد يرجع سببها المباشر الى عدم مضغ الطعام وبالتالي الى عدم وجود اسنان صناعية بدلا من الطبيعية التى فقدت .

والفائدة الثالثة للأسنان الصناعية انها عندما توضع فى أماكنها تملأ الفراغ وتعيد التماسك التام للأسنان الطبيعية الموجودة فى قوس الفك وتظل جميع

كوسيدا الحى الشوكية

للرئيس محمد رسالته

دثرونى فقد دنا المصير . ولا يفيق الا على سخرية الطبيب اللاذعة التى تبعث فيه الحياة من جديد !

لم الجزع يا سيدتى مادمت تؤدين واجبك نحو نفسك فتمتنعي عن ارتياد الاماكن المزدحمة مثل دور السينما والملاهى السيئة التهوية ، وتقللى من ركوب الترام والافوتوبيس لقضاء حاجياتك من وسط البلد فتوفرى على نفسك وعلى جيب زوجك بلاءا كبيرا . الا تعلمين أنه فى الوقت الذى تكونين جالسة فى الافوتوبيس محتضنة شنطتك فى اعتزاز التى حصلت من زوجها على مبلغ ما - بعد نقاش ونزاع - لتشتري كماليات لا تسمن ولا تغنى - يكون بجانبك حامل للميكروب ينقله لك رغم كونه يبدو سليما ؟ أترضين أن يقول لك زوجك فيما بعد ما كان أغناك عن هذا ؟

وما دمت تطهرين انفك يوميا وتتناولين قرصين من السلفاناميد فى الصباح والمساء فان كل هذا كفيل بحمايتك من هذا المرض المزعج .

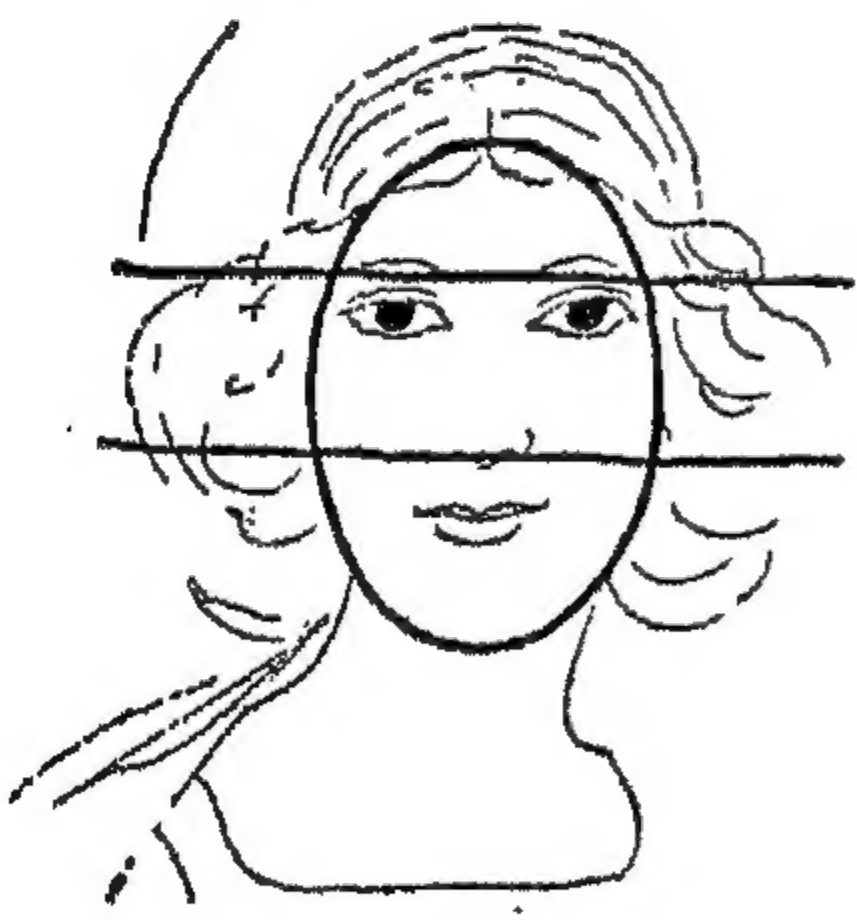
أخبروك أن الحمى الشوكية تسبب ألما وتيبسا فى الرقبة ولكن الرقبة والعياذ بالله فى هذه الحمى الحبيثة تكون متيبسة بحق وحقيق لدرجة تجذب معها الرأس الى الخلف وتكون مع الظهر جزءا من دائرة وقد يبدو الجسم متقوسا بشكل يقشعر منه البدن ، ويبدو المريض كأنه نائم وهو ليس بنائم ، أو كمذبوح دون أن يقطر الدم من رقبته أين هذه الصورة البشعة منك يا سيدتى وأنت تروحين وتغدين فى منزلك تقومين بعملك المنزلى وقد وضعت يدك على جبهتك تشكين من صداع انتابك منذ يوم أو يومين وصور لك الوهم انه من أعراض الحمى الشوكية ، ولويل لك اذا سحب هذا الصداع ارتفاع ولو بسيط فى درجة الحرارة فان الغصن سرعان ما يهوى الى فراش وثير ويقسول

انتشر الفزع فى المدينة بشكل لم يسبق له مثيل منذ حل وباء الكوليرا ورحل الى غير رجعة . والناس قد هد الخوف كيانهم وتعلقوا بالحياة رغم تظاهرهم بالزهد فيها . وأصبح حب السلامة رائد الجميع وتفتحت الأذان لالتقاط أى كلمة تبعث الطمأنينة للنفس القلقة فتغدو آمنة مطمئنة بأذن الله أما أنت أيتها القارئة العزيزة فقد شبعنا أذناك من سماع كلمات التهويل واشتأقت نفسك الى قراءة ما يعيد اليك الثقة بنفسك انهم يقولون لك مثلا ان الحمى الشوكية تبدأ بارتفاع فجائى فى الحرارة وصداع فى الرأس . خبرينى بربك أى حمى لا تبدأ بمثل هذه الاعراض . هل جربت الانفلوانزا ذات يوم ولمست بنفسك ما تسببه من وجع فى الرأس وتكسير فى العظام والمفاصل . وقديمتد ألها الى مفاصل الرقبة وعضلاتها وفى هذه الحالة كان الله فى عونك لانهم

ما شكل وجهك؟



النوع الأول : جوف فونتين



النوع الاول : ان صاحبه مطاوعة ٩٠ ٪ ويلاحظ أن منطقتي الهضم والتنفس متساويتان . منطقة العقل لا يعتد بها . شكل الوجه بيضاوي مستدير . الجبهة ضيقة . لون البشرة صاف . الانف صغير . صاحبه رياضية . الحياة الاجتماعية : نجاح اجتماعي مستمر . احترام التقاليد والذكريات . وصولية . الحياة الخاصة : طبيعية مريحة . حنان . تحب بسهولة . تتزوج صغيرة . تحب أولادها . ربة بيت من الدرجة الاولى . وهذا الشكل ينطبق على جون فونتين .

ان وجهنا نحن النساء هو عبارة عن مجموعة من التفاضل والتعبيرات تضيء علينا جزءا كبيرا من شخصيتنا . ولكن الطبيعة لم تهينا جميعا نفس الوجه المتناسق بل ان هذا الاختلاف هو الذي يضفي علينا طابعنا الشخصي . ان ملامحنا مزيج مادي وروحي تكشف عن أخلاقنا وملكاتنا . ان الوجه لغز وسر . ولكي نكشف لك سره حاولنا أن نقسمه الى ثلاث مناطق متميزة : أولا : من قمة الجمجمة الى قاعدته ويطلق عليها منطقة العقل . ثانيا : من مبدأ الانف الى قاعدته ويطلق عليها منطقة التنفس . ثالثا : من قاعدة الانف الى الذقن ويطلق عليها منطقة الهضم . ويخضع الوجه بعد هذا التقسيم لمؤثرات الاجيال السابقة والبيئة التي تعيش فيها صاحبه . فان انسجم الوجه مع البيئة التي هو فيها بسهولة قيل عنه انه مطاوع . فان قاوم هذه البيئة قيل عنه انه مقاوم . وقد لوحظ أن الوجوه المطاوعة دائرية ناعمة ، وممتلئة . أما الوجوه المقاومة فتتميز بالدقة والرفع .

بعد هذه المقدمة نستطيع أن نقسم الوجوه الى ستة أنواع مختلفة . ولسنا نزعم في هذا التقسيم اننا أصبحنا وجه لحق في التفسير لهذه الوجوه التي نحدثك عنه في هذه الصفحات الاربع .

ولكن على سبيل التسلية التي جاءت نتيجة دراسة منظمة يمكننا أن نحكم على ظواهر تلك الوجوه ويكون حكمنا قريبا من الصواب .

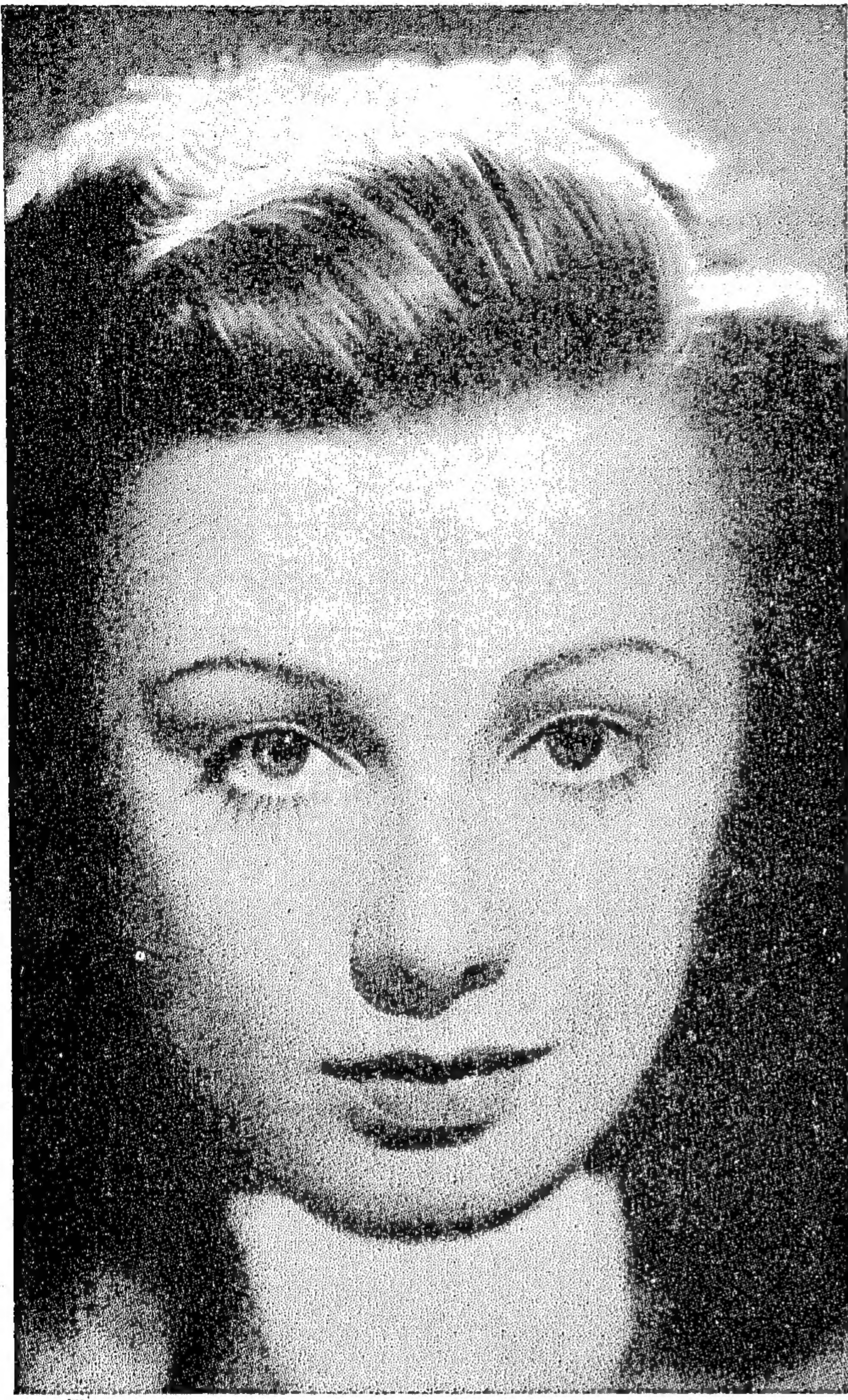
قلت

رحلت فرسه الاوبرا لايطالية دون أن أتمكن من مشاهدتها، فقد قالت لي احدي صديقاتي انها نرصة ضاعت مني لن أستطيع تعويضها الا ان أخذ الله بيد مدير دار لاوبرا ووفقه الى التعاقد مع هذه الفرقة في الشتاء لمعبل . . .

قلت لها . . .

خففي عن نفسك يا صديقتي ولا تندمي حيث لاينفع الندم . . . نعم قد فاتتك فرصة ولكنها ليست فرصة سما لموسيقى الايطالية فان في امكانك سماعها مسجلة على اسطوانات أو مذاعة في الراديو دون ان تكلفي نفسك مشقة الوقوف ساعتين أمام شباك حجز التذاكر أو تحمل ميزانيتك يوق ماتطيق . انها اذن - ولاقلها صريحة - نرصة من حب الظهور لتي استولت على نفوسنا نحن أبناء هذا الجيل وملكت لدينا مشاعرنا ووجداننا اعمت بصائرنا . لقد رفت سيدة من عليا لقوم تحجز مقصورة عيها في الاوبرا طوال موسم لا تظهر فيها الا ان كانت الانوار مضائة ان بدأ التمثيل تسلفت لي تلك الاريكة الوثيرة التي في داخل المقصورة اذا ما انتهى التمثيل فرجت تحدث صديقاتها للواتي جئن لنفس الغرض من توزيع الاضاءة والاداء الموسيقي . . . كفانا نمشلا اذن يا صديقتي ولكن صريحين مع أنفسنا على الاقل . . .

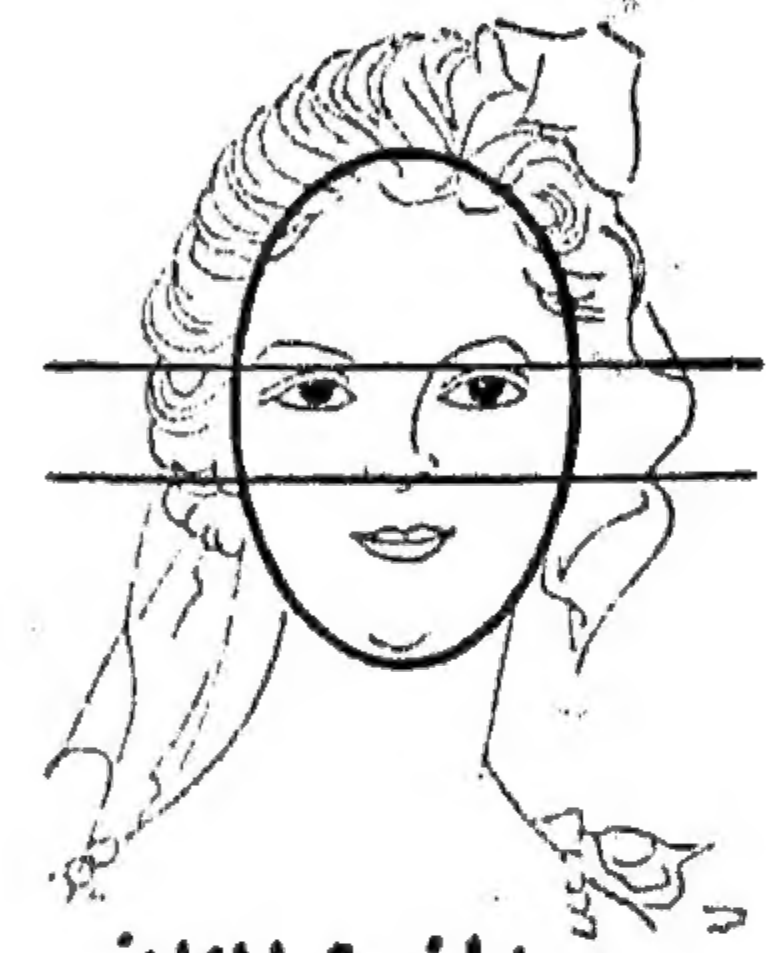
خليل صابات



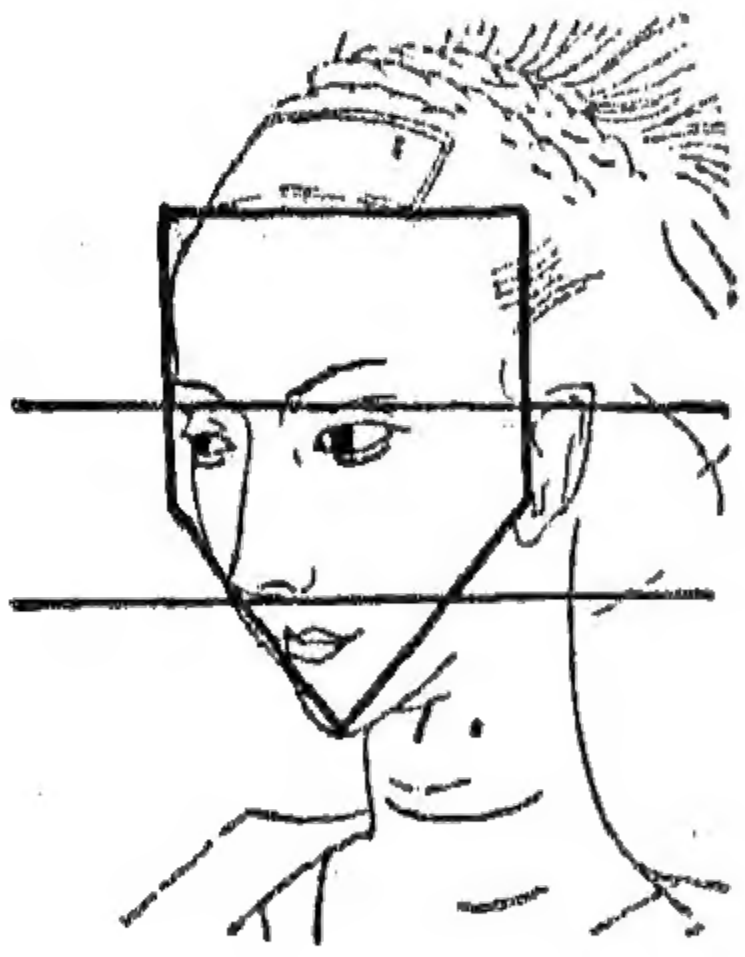
النوع الثاني : منطقة العقل ومنطقة الهضم هما المتفوقتان
شكل الوجه بيساوى مستطيل • الذفن نحيفه • العينان
متباعدتان • الجبهة كبيرة • الحياة الاجتماعية : صاحبة
هذا الوجه اجتماعية ، تحب مسائل امتحان الذكاء • لا تخفى
سرا • الحياة الخاصة : تميل الى الاعمال العقلية فنانة تميل
الى الموسيقى والتصوير • مستقلة تحب التزين والتبرج •
وينطبق هذا الشكل على سيسيل اوبرى • عشقت فى أول
حياتها الرقص والرسم والتصوير • وفى سن السابعة عشرة
احترفت التمثيل وابتسم لها الحظ عند ما مثلت مع اورسون
ويلز •

ويعطيك هذا الوجه حكما صائبا على الاشياء فان التمثيل
الذى احترفته سيسيل اوبرى يتطلب من صاحبه التعقل
والرزانة •

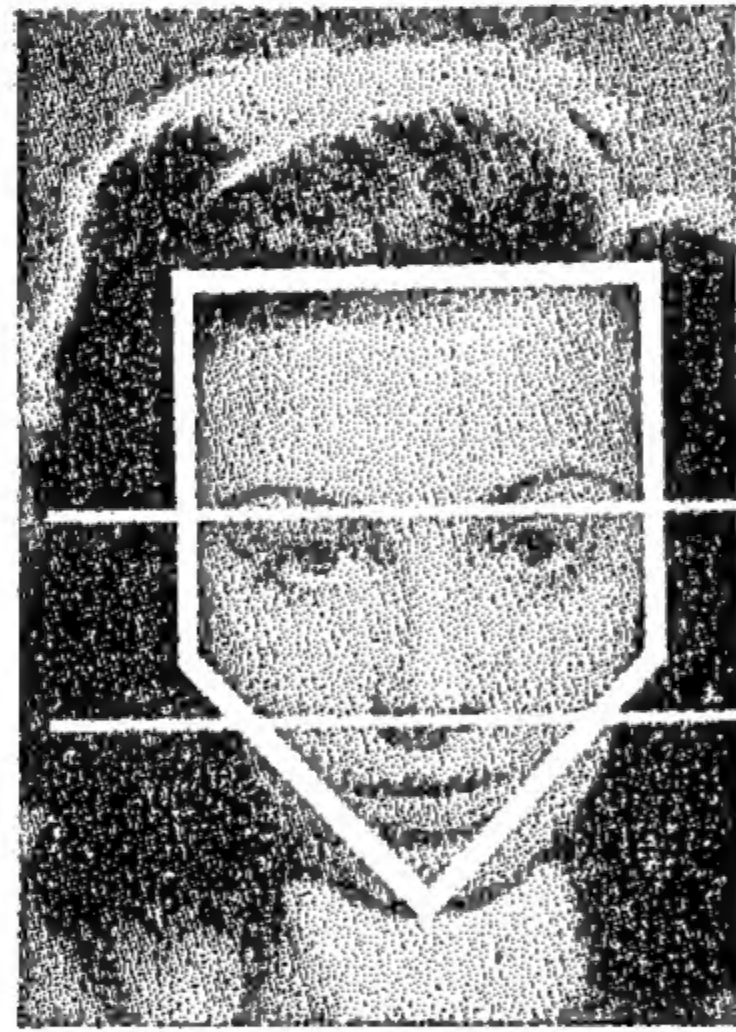
وكذلك تفرض الموسيقى على المؤمنات بها هذا اللون من
النفسيات التى تشاهد عادة فى أمثال تلك المثلة الحسنة



النوع الثاني : سيسيل اوبرى

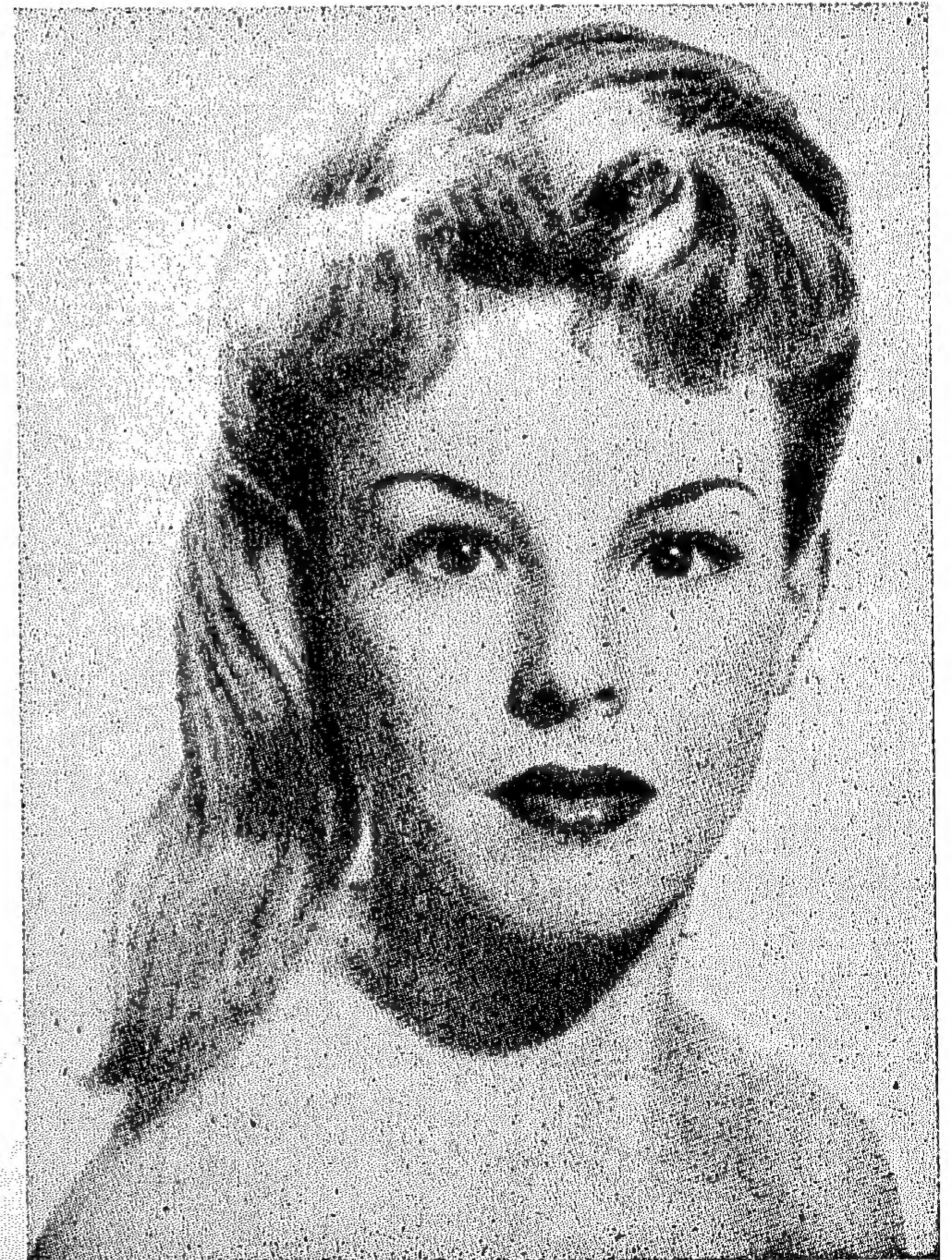


النوع
الثالث
: داني
روبن

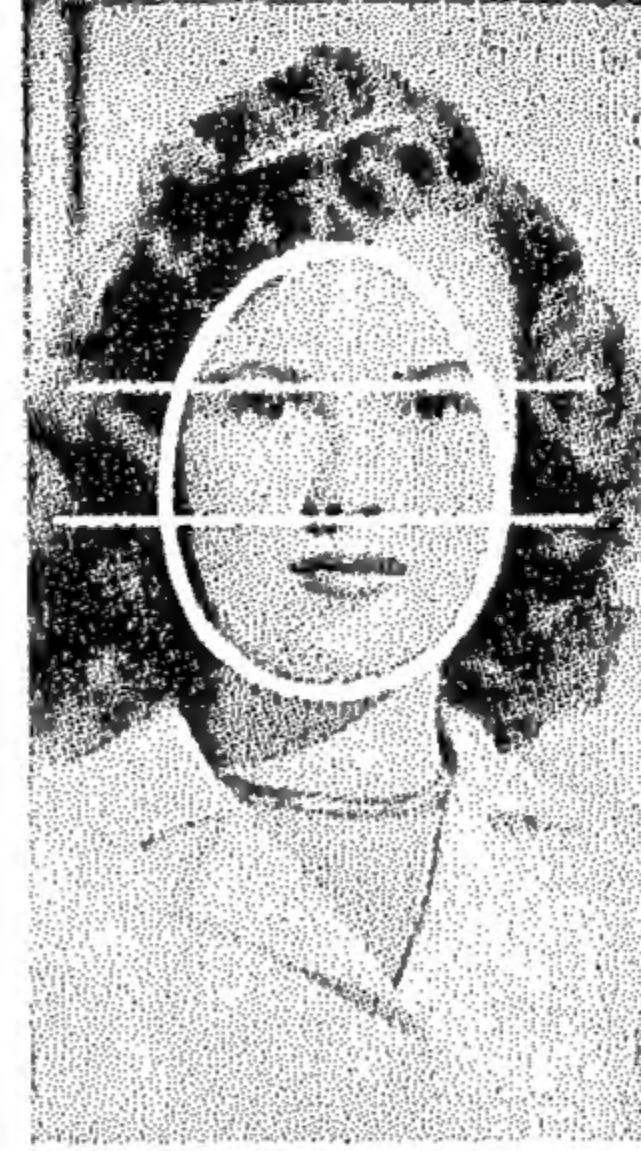


النوع الثالث : منطقتا العقل والتنفس هما المسيطرتان •
الخدان بارزان • الأنف صغير • فتحتا الأنف متسعتان •
أسفل الوجه ضامر • الحياة الاجتماعية • رياضية • هادئة
كتومة • الحياة الخاصة • لا تعقد الحياة بل تبسطها •
معتدلة فى كل شىء • دقيقة الحس • عاطفية • ولكنها
ترزن الامور بميزان العقل • مربية ممتازة •

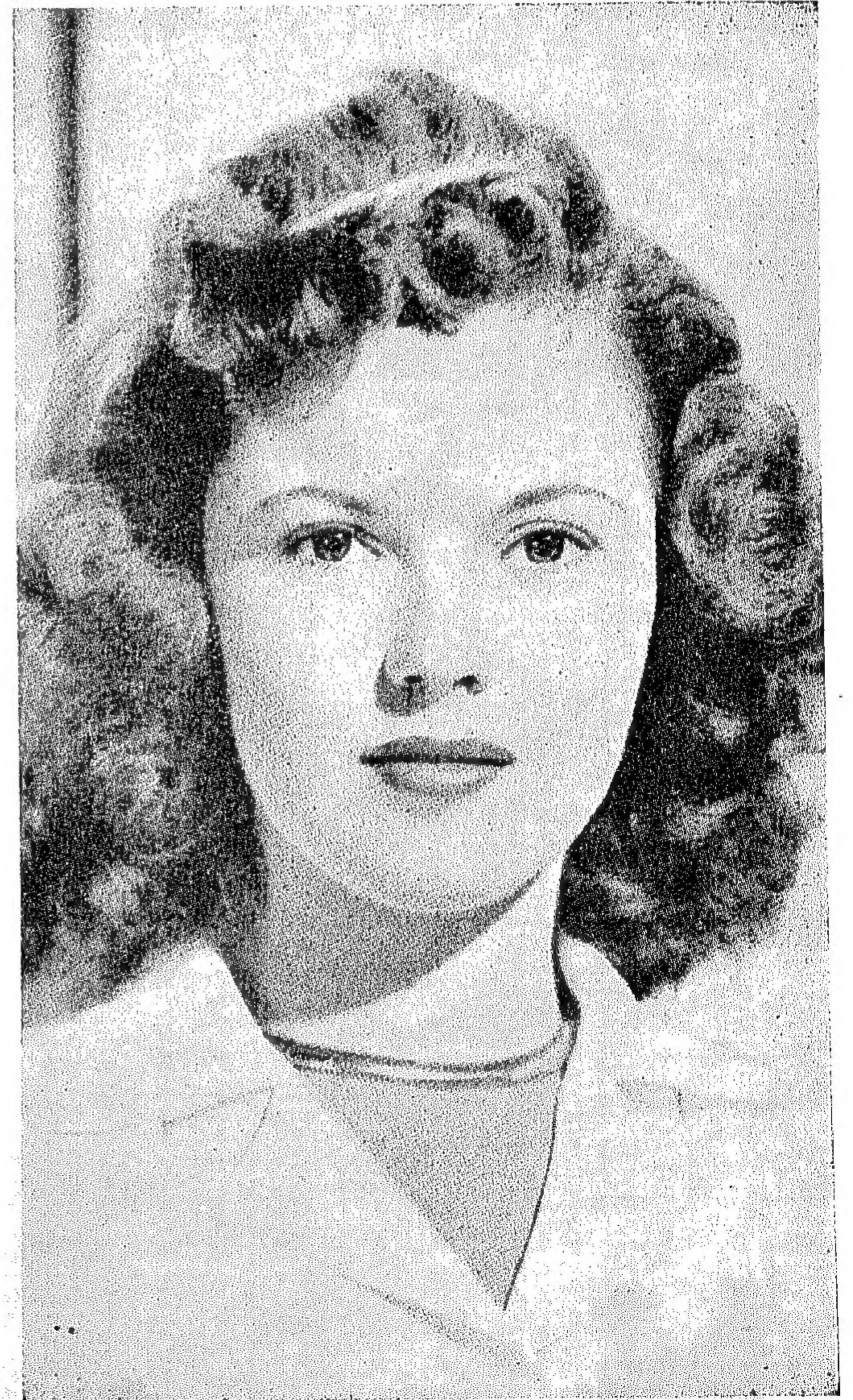
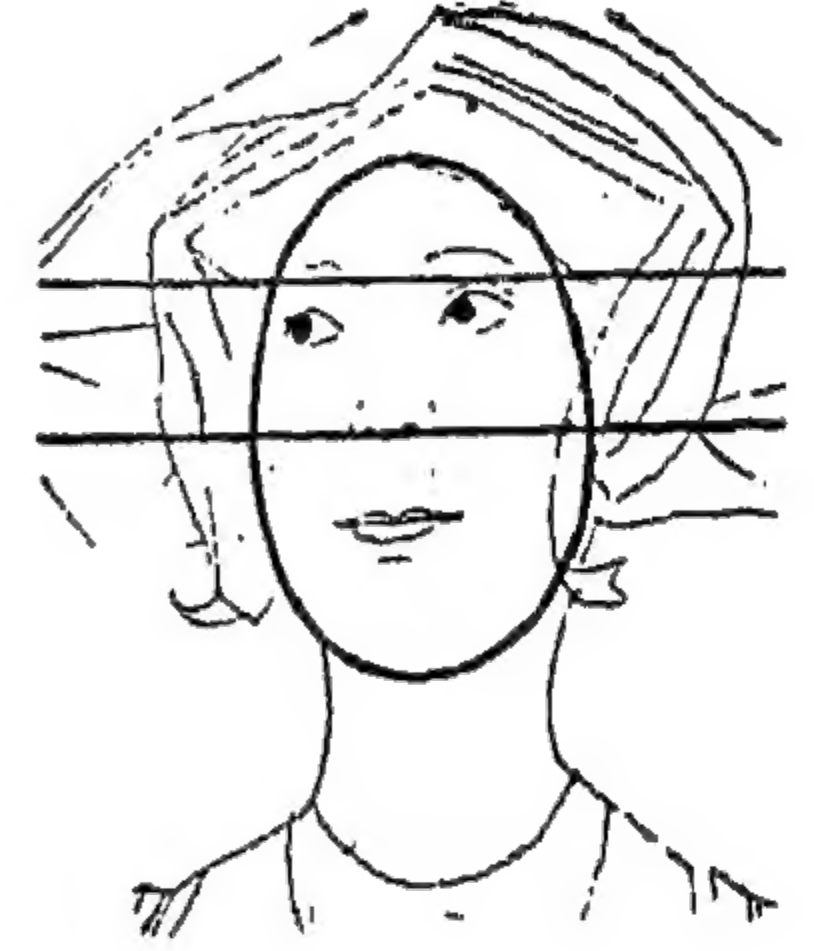
وينطبق هذا الشكل على داني روبن • شقراء • أنف
صغير • تحب الانزلاق على الجليد والسباحة والتنس
وركوب الخيل • تعلمت الرقص الكلاسيكى وهى طفلة •
ورقصت فى الاوبرا ثم احترفت التمثيل السينمائى • دقيقة
الحس •



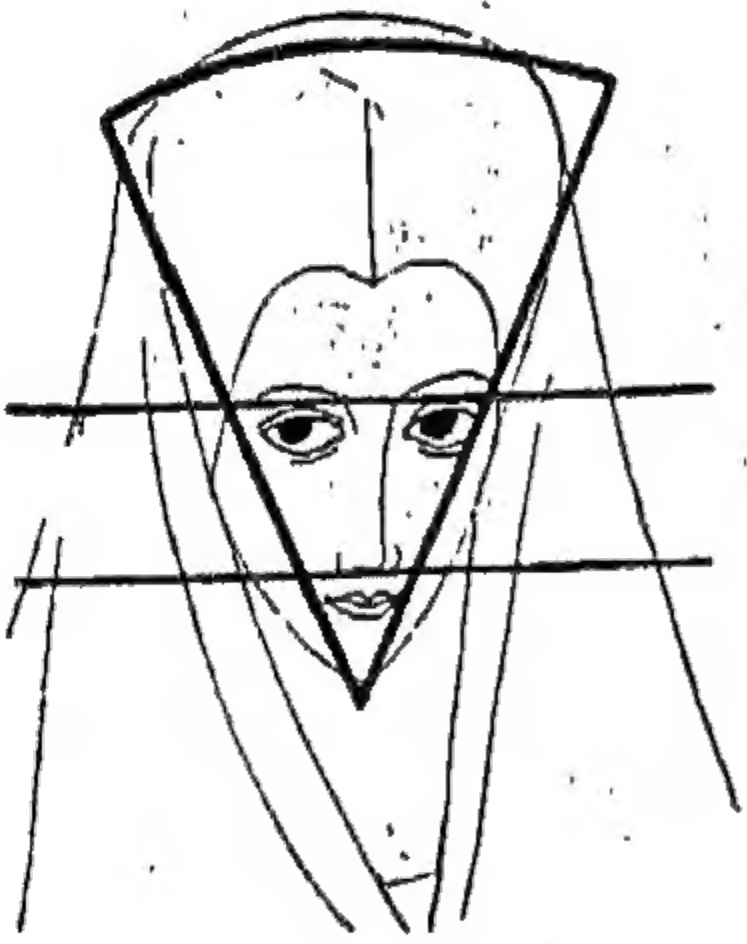
النوع الرابع : الاجتماعية ١٠٠ ٪ منطقة الهضم هي المسيطرة على المنطقتين الاخرتين . تستطيع أن تلائم بين نفسها وبين حياتها أو بين حياة شخص آخر . صحة طيبة . وجهها يضاوى مستدير . خداهما ممتلئان بغمازات . فم ملتهب . العينان متباعدتان . **الحياة الاجتماعية** . تحب الحياة الى حد العبادة . تميل الى الفكاهة . لها من الاصدقاء عدد كبير . **الحياة الخاصة** . عاطفية . تحب الاطفال . راضية بما قسمه الله لها . وينطبق هذا الشكل على وجه شيرلى تمبل .



النوع
الرابع
:
شيرلى
تمبل



النوع الخامس



دائش
داربو



النوع الخامس : مقاومة ٨٠ ٪ منطقة العقل هي المسيطرة مواهبها العقلية عديدة . دقيقة الحس . قسماات الوجه طولية . **الحياة الاجتماعية** : كثيرة العمل . تسيطر على أعصابها سيطرة تامة . هادئة . ذكية . صريحة . حساسة . أصدقائها يحبونها . **الحياة الخاصة** : عاطفية . فنانة . تستطيع أن تكون موسيقية أو شاعرة .

وينطبق هذا الشكل على وجه دانييل داربو . صاروخية كلها حركة ونشاط . لها قدرة على السيطرة على أعصابها . لها أذن موسيقية . احترفت التمثيل السينمائي . ذكية . عاطفية . تزوجت ديبلوماسي ثم طلقت منه لتعود الى السينما

الذين يزهون بالأناقة التامة
يختارون الكولونيا المرطبة الجذابة

ذات الشذى العطرى

أتكنسن

ATKINSONS

المدالية الذهبية

ماء كولونيا



ج. ١٠. أتكينسن ليمتد ٢٤ شارع أولدجوند، لندن، إنجلترا

REG. 110.1 785 55

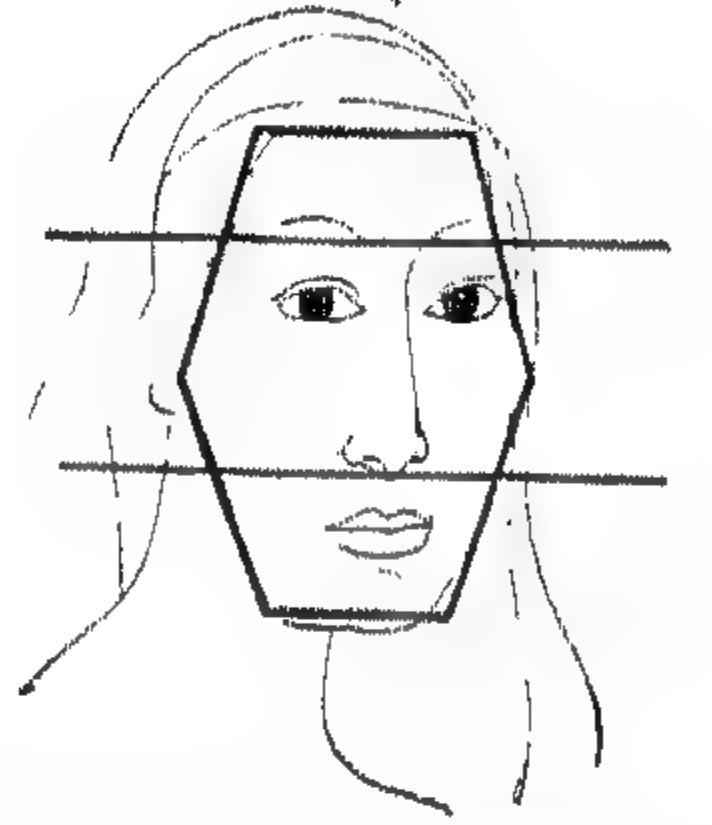
ساهمي في النهضة النسائية

تطوعي في حركة اتحاد بنت النيل
لكافحة الامية بين النساء
١ شارع ابن ثعلب تليفون ٥٨٤٦٣

النوع السادس : اجتماعية ٨٠ ٪ . منطقة التنفس هي
المسيطرة . تهتم صاحبة هذا الوجه بشكلها اهتماما كبيرا .
متناسقة . صدر ممتلئ . وجه مستدير . الحياة الاجتماعية
مستقلة . أنيقة الى أبعد حدود الأناقة . نشطة . تقدر
المسئولية . متبرجة . تحب الالعاب الرياضية . الحياة
الخاصة : لا تفكر كثيرا . لا تشفق . لا تحب أن تفرض
عليها الامور . مخلصه . زوجة وأم مثالية . حنون .
ينطبق هذا الشكل على وجه الممثلة السينمائية المعروفة
كلوديت كولبير . تقدر المسئولية . كلها حماس ونشاط .
تحترف التمثيل المضحك على أحد المسارح وتلقى نجاحا
عظيما على الشاشة البيضاء .



النوع
السادس
:
كلوديت
كولبير



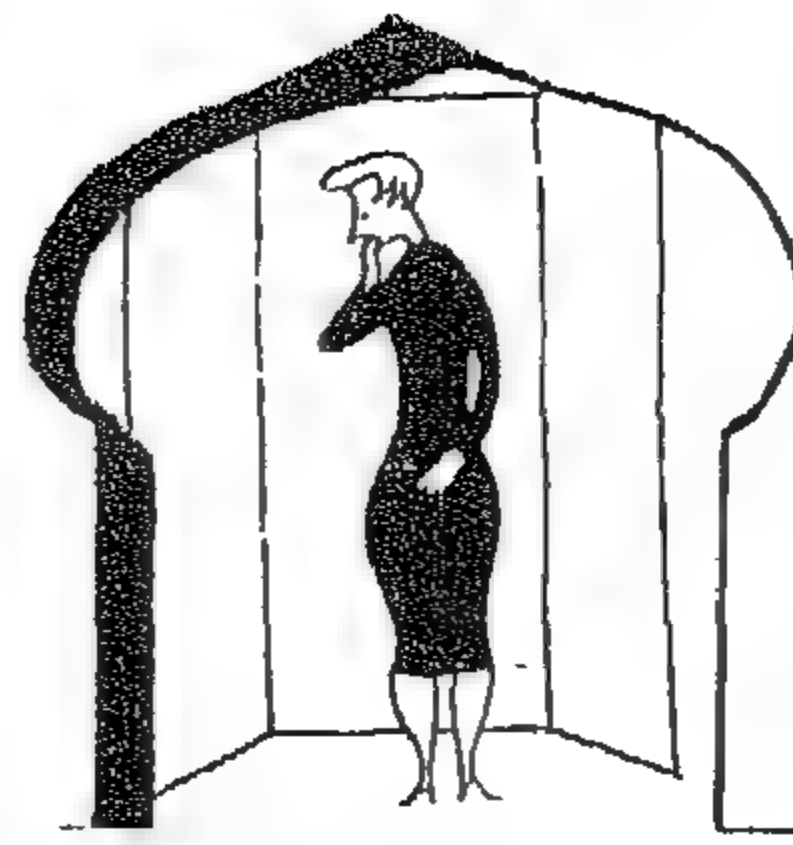
من منا لا يكذب؟ !!

ليس من المستحب أن نكذب على الآخرين ومن الاجرام أن نكذب على أنفسنا لاننا في هذه الحالة كثيرا ما نفقد سعادتنا ونجعل الفرص المواتية تفلت منا . اننا بايماننا بالخيالات وبمحظ الآخرين وبسوء حظنا وبرفضنا أن نرى الاشياء على حقيقتها نخسر كل شيء

غالبا ما تكون الحقيقة كريهة ولكن ليس معنى ذلك أن نخفيها على أنفسنا . ان الذي لا نريد رؤيته يراه غيرنا . ان الذي نراه نستطيع غالبا معالجته . كونى اذن شجاعا والعبي معنا هذه اللعبة المسلية .

وان أجبت بنعم على ال ٢٦ سؤالا فانك تعتقدين أن الناس مغفلون مع انك فى الواقع ضحية تصوراتك .

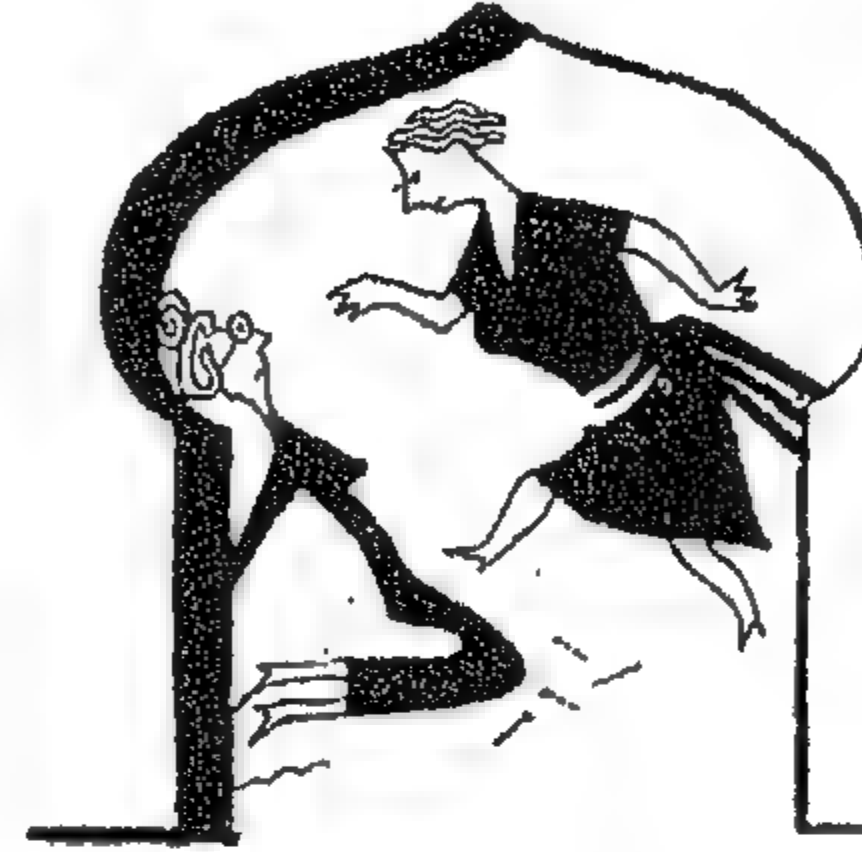
وان أجبت بلا على ال ٢٦ سؤالا فانت تستحقين تهانينا، ولكنك هل تعرفين قصة تلك السيدة التي كانت تقول : « أنا طيبة القلب ، أنا مخلصه ، أنا كريمة ، ليس بى أى عيب : أنا كاذبة !! »



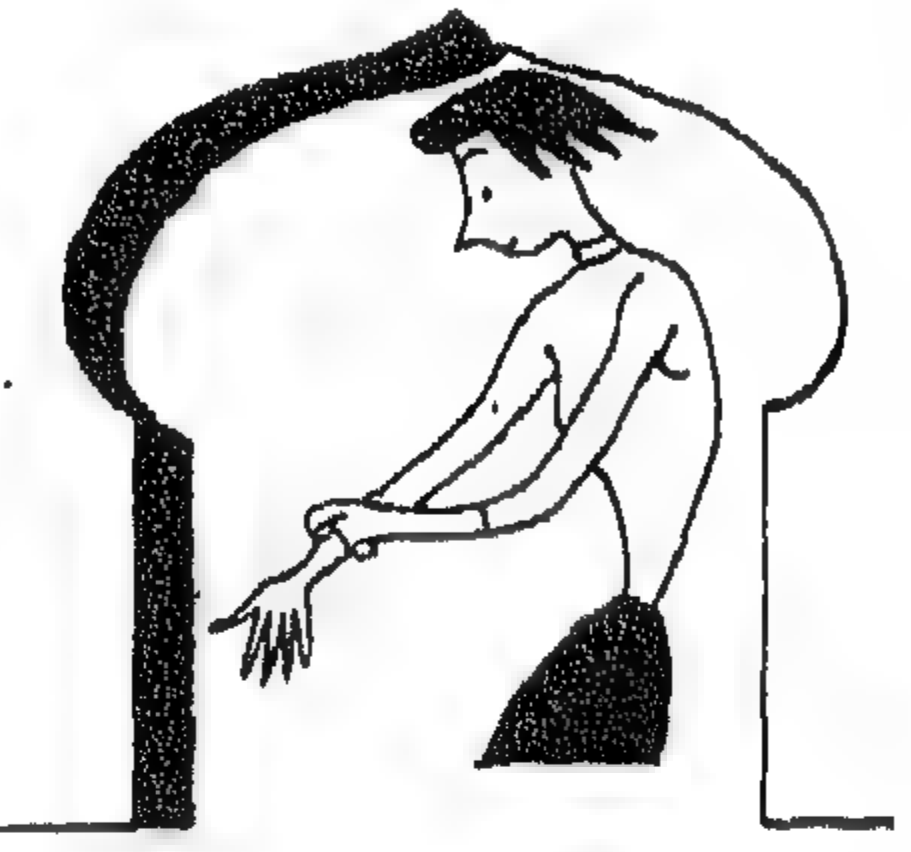
٢ - هل تخشين الوقوف أمام مرآة ذات ثلاث جهات لئلا تكتشفى بعض عيوب فى جسمك



١ - هل تجددين أن كل صورك الفوتوغرافية فظيعة وأن الذنب ذنب الاضائة والمصور ؟



٤ - هل تتهمين الخياطة عندما تخسرين فستانا بسبب الموديل أو القماش الذى اختارته



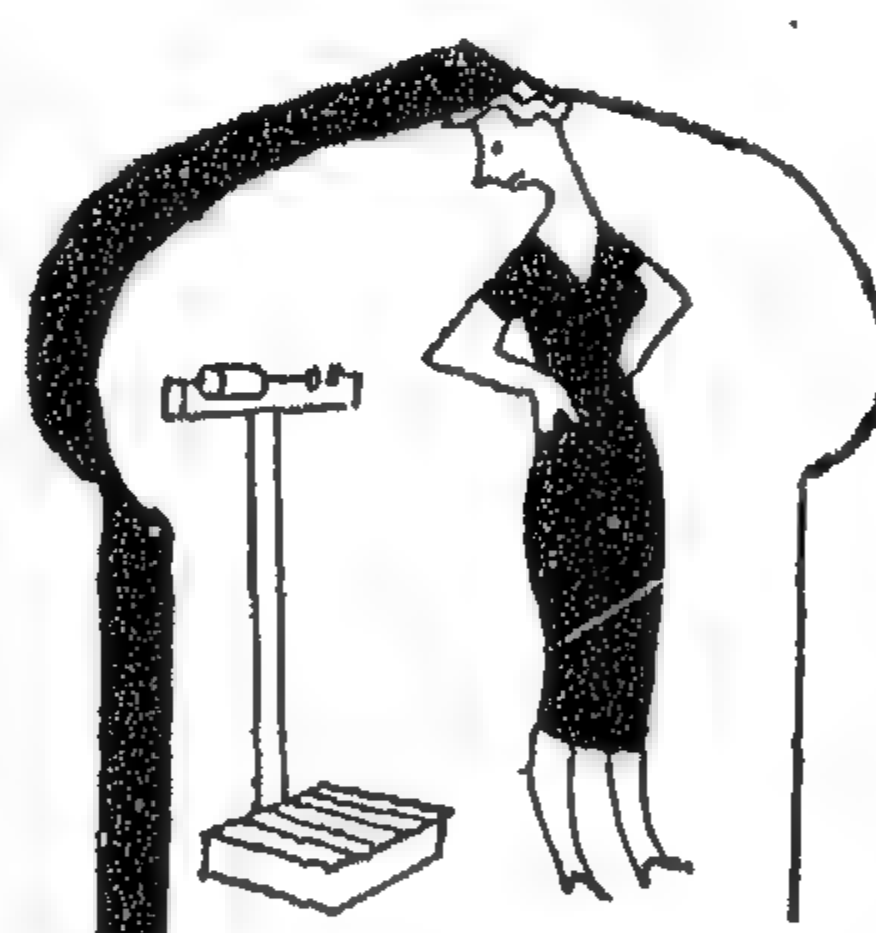
٣ - أكمامك قصيرة . هل تحاولين جذبها ثم تقولين فى نفسك : ها هي قد أصبحت طويلة كفاية



٨ - هل تضعين كوفية حول عنقك المتسخ . هل تضعين على شعرك المطفأ بريانتين بدلا من غسله ؟



٧ - هل تقررين أن تبدئي نظاما غذائيا أو أن تذهبي عند طبيب الاسنان غدا ؟ وعند الحلاق . . . غدا ؟



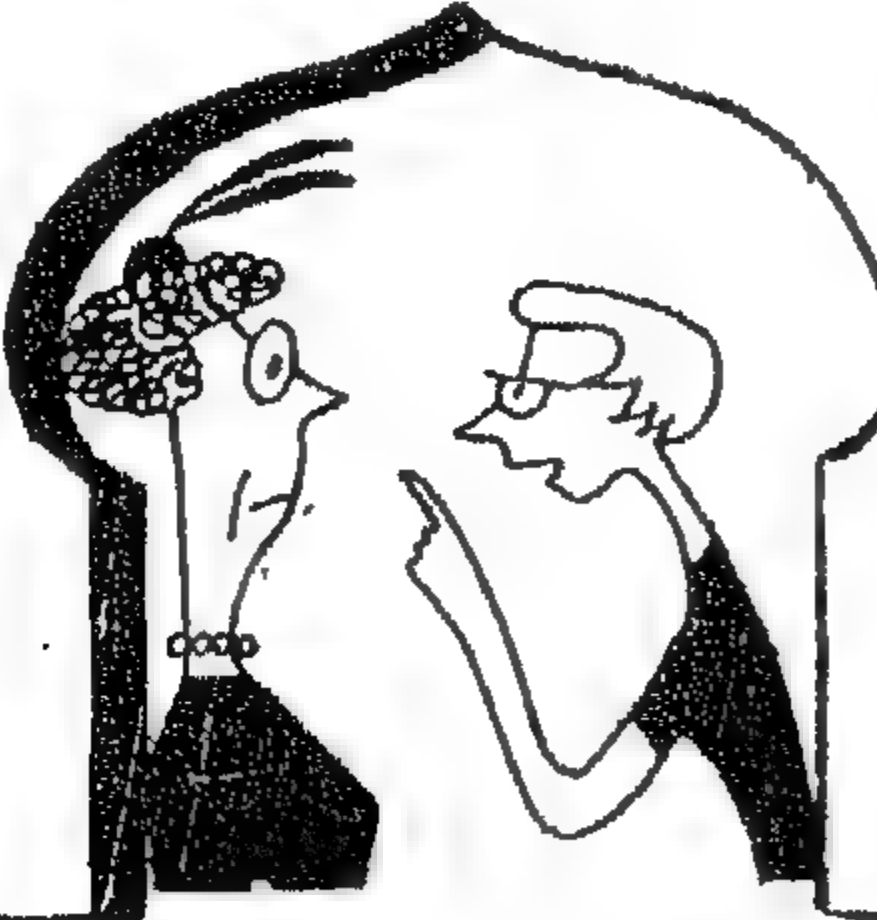
٦ - هل تترددين فى وزنك نفسك مخافة أن يتضح لك أنك زدت كيلو جرامين ؟



٥ - هل تؤكدين : (لا أحد يشكلم بوضوح) فى حين أن سمعك ثقيل



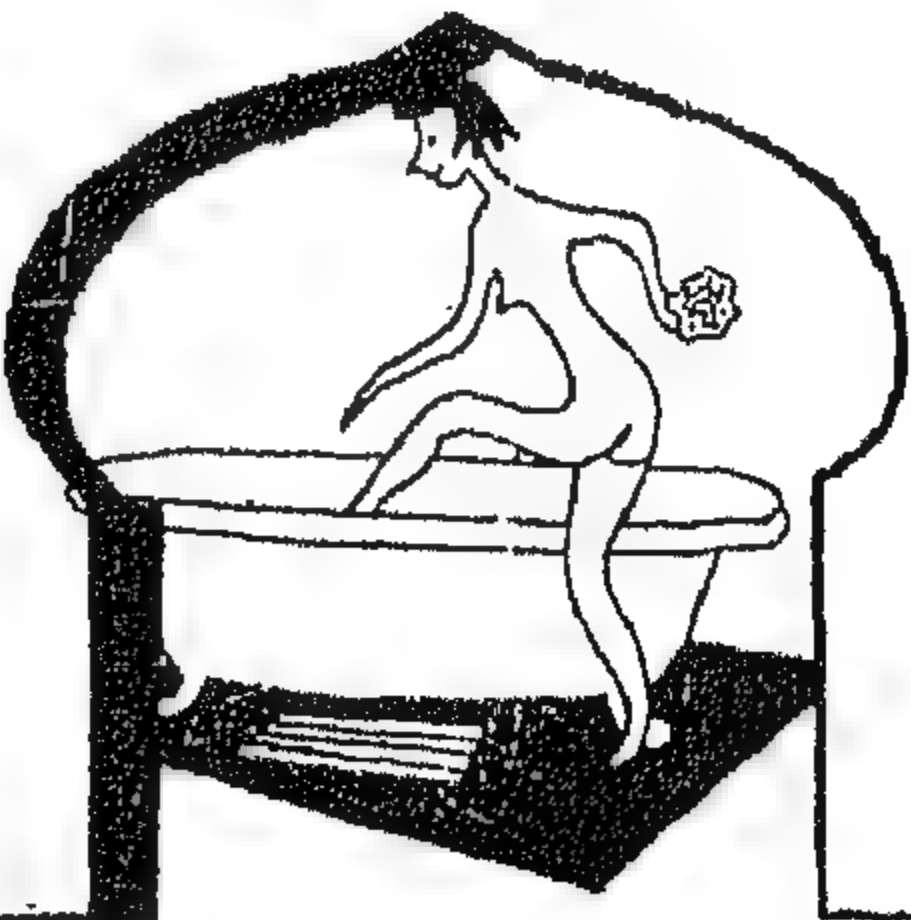
١٢ - هل تعتقدين أن سبب افتقارك للصديق هو والداك فى حين أنك تنفرين الجميع منك لمعاملتك



١١ - هل تحاولين النيل من كرامة معارفك بدعوى أنك صريحة فى حين أنك لا تريدن الا التشفى .

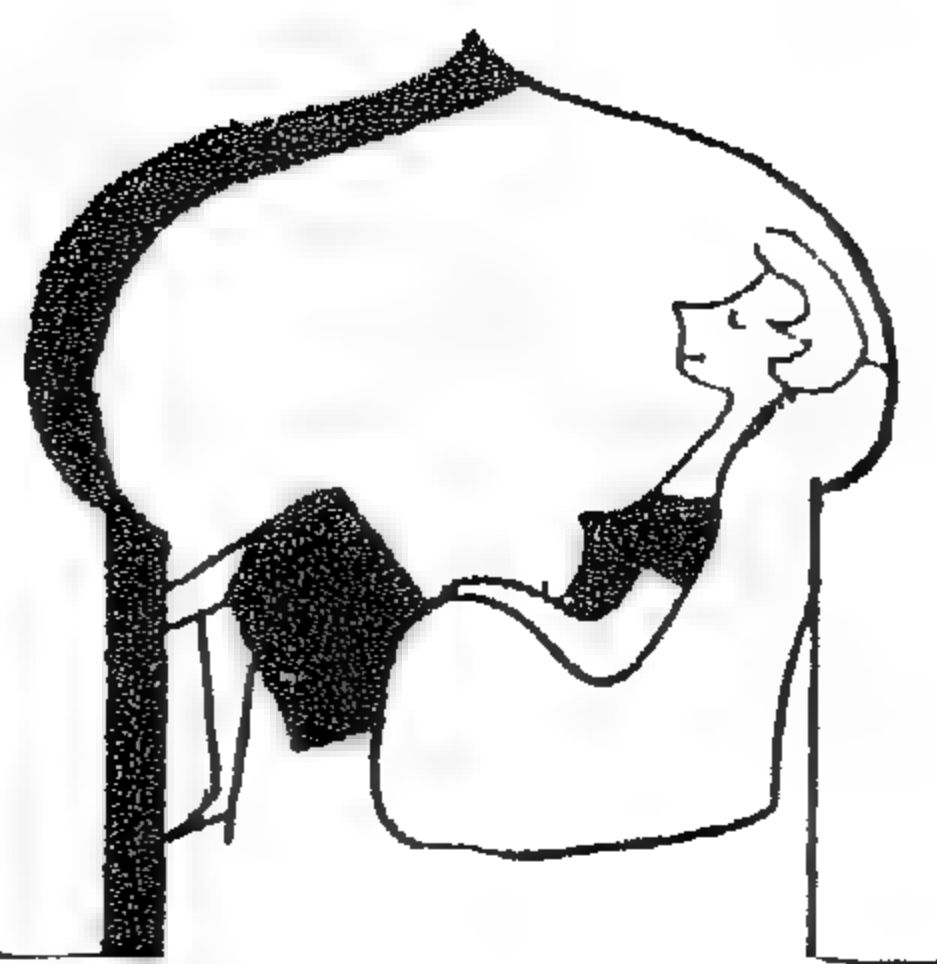
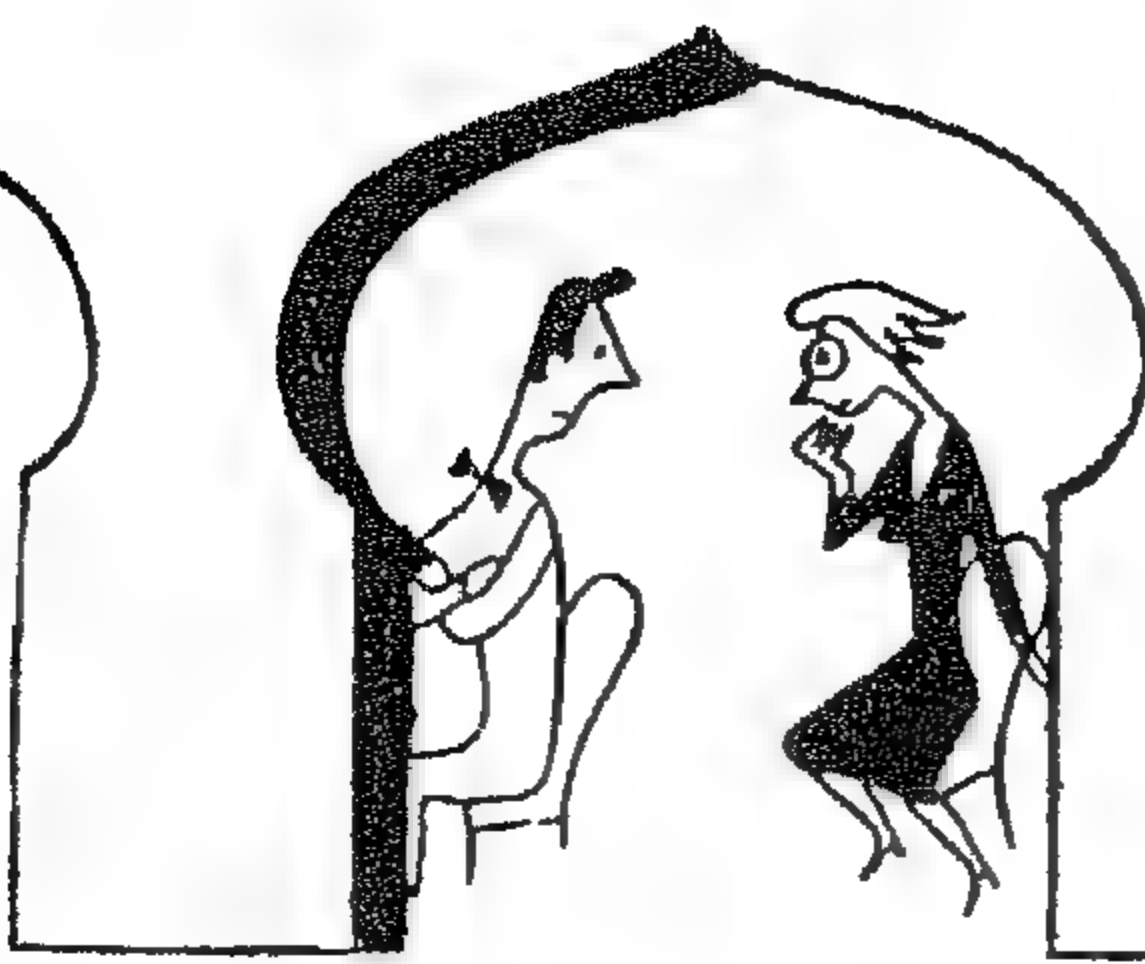


١٠ - هل تقنعين نفسك أن حمالة السوتيان ستختفى بدفعها بالابهام فى حين أن هناك طرقا معروفة أضمن



٩ - هل تدخلين الحمام الساعة التاسعة الا عشر دقائق فى حين أنك على موعد فى الساعة التاسعة

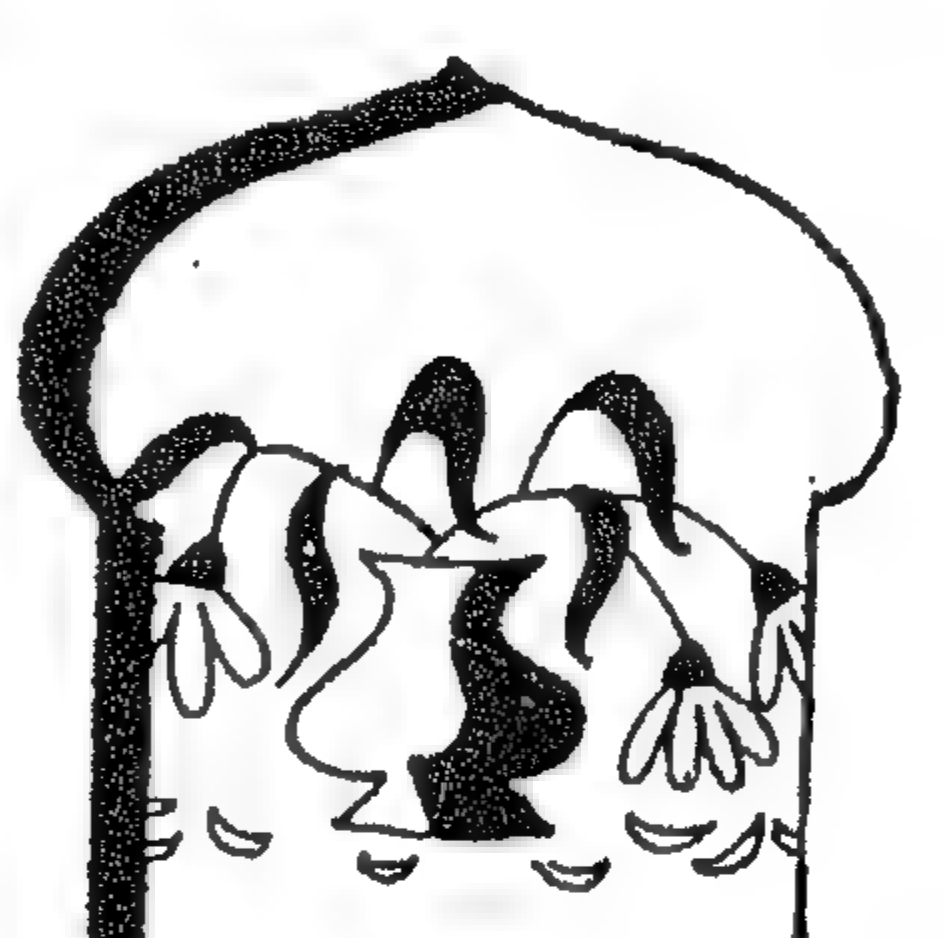
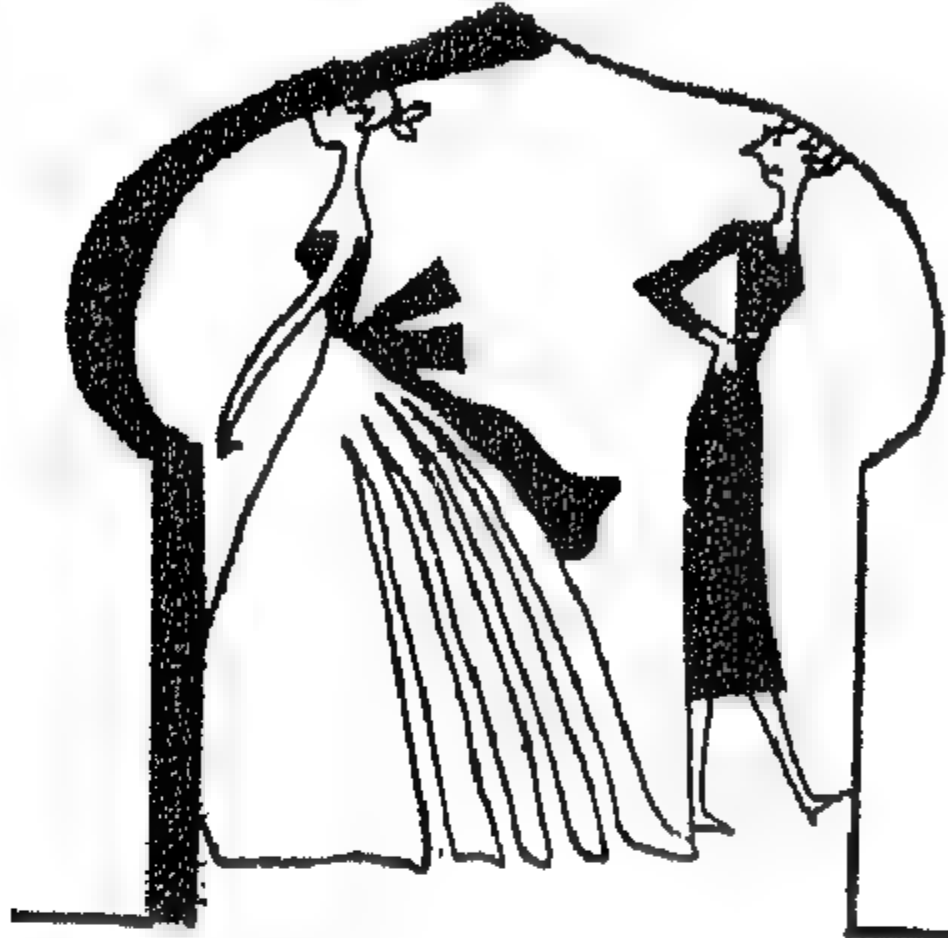
وان أجبت بنعم على
عشرة أسئلة فانت تعنين
بأخلاقك عناية فائقة .
أما ان كانت من ١٠ الى
١٥ (نعم) فانت متوسطة
فى كذبك على نفسك ولست
فى حاجة الى أكثر من تحذير
تقومين به بين يوم وآخر .
وان حصلت على ١٥ الى ٢٠
(نعم) فنعتقد أنك تميلين
الى خداع نفسك وخداع
غيرك . ولو سمعت ما تقوله
صديقاتك من ورائك
لحاولت أن تفيدي الشيء
الكثير من طباعك .
هأنت ذى ياسيدتى قد
عرفت الشيء الكثير عن نفسك
غير اننا مازلنا نعتقد أنك
لست فى حاجة الى هذا النوع
من العرفان . أليس كذلك ؟



١٥ - هل تقولين أنك
لا تأكلين شيئاً فى حين أنك
لا تنقطعين عن الأكل ساعة
واحدة ؟

١٤ - هل تقنعين نفسك
أنه يجبك دون أن يتكلم
وانه لا يبوح بحبه لانه
خجول ؟

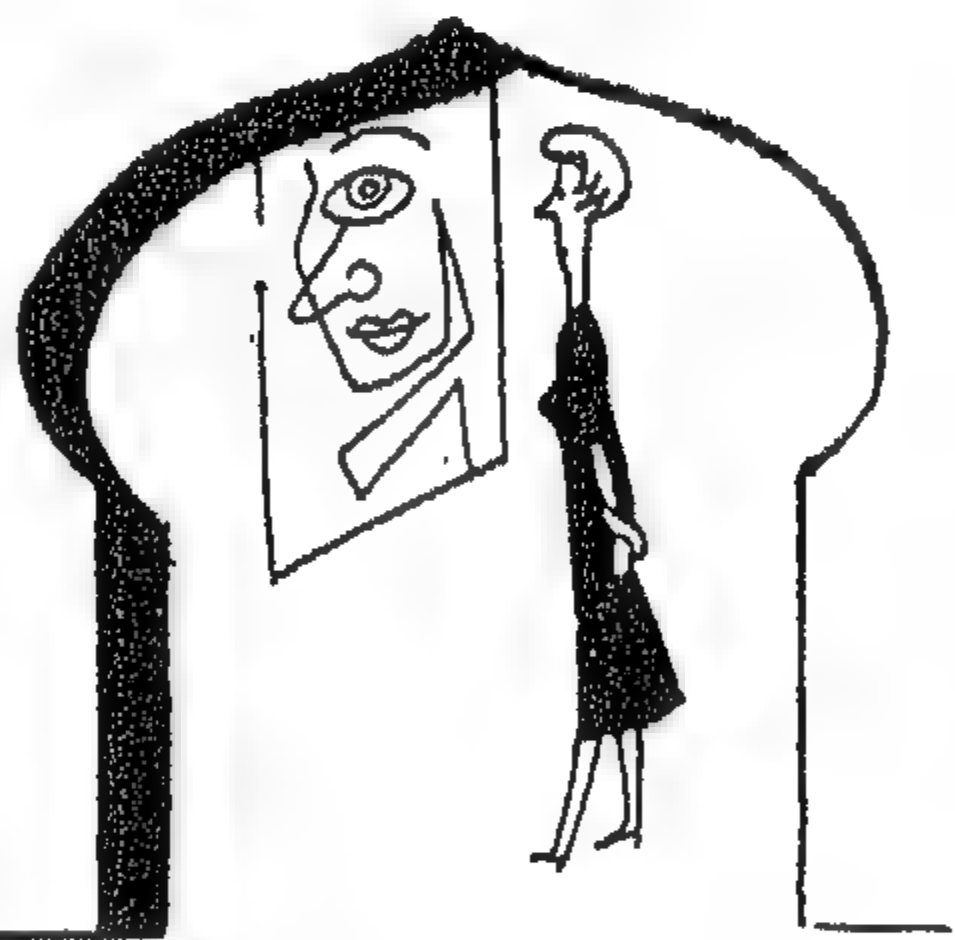
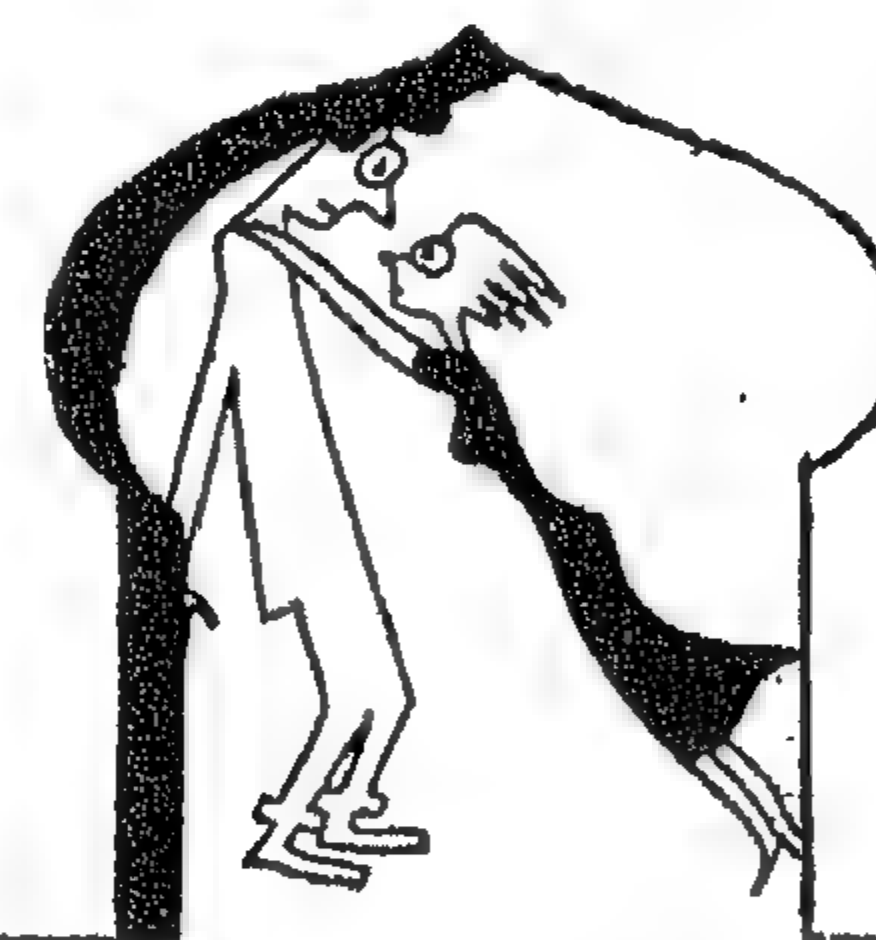
١٣ - عند ما ترفضين أن
تلقى راحتك من أجل خدمة
صديق هل تقنعين نفسك
أن فى احجامك خدمة له ؟



١٨ - هل تقولين عن الحفلة
الساهرة التى لم تدعى اليها
انها (بايخة) وأن كل من
دعى اليها ثقيل ؟

١٧ - هل تعتبرين
الحبوب التى تظهر على
وجهك أنها حب الشباب
فى حين أنك لا تتغذين جيداً

١٦ - عند ما تكونين غير
راغبة فى صرف مبلغ من المال
لاهداء باقة ورد هل تؤكدين
أن دكاكين بيع الزهور مغلقة ؟

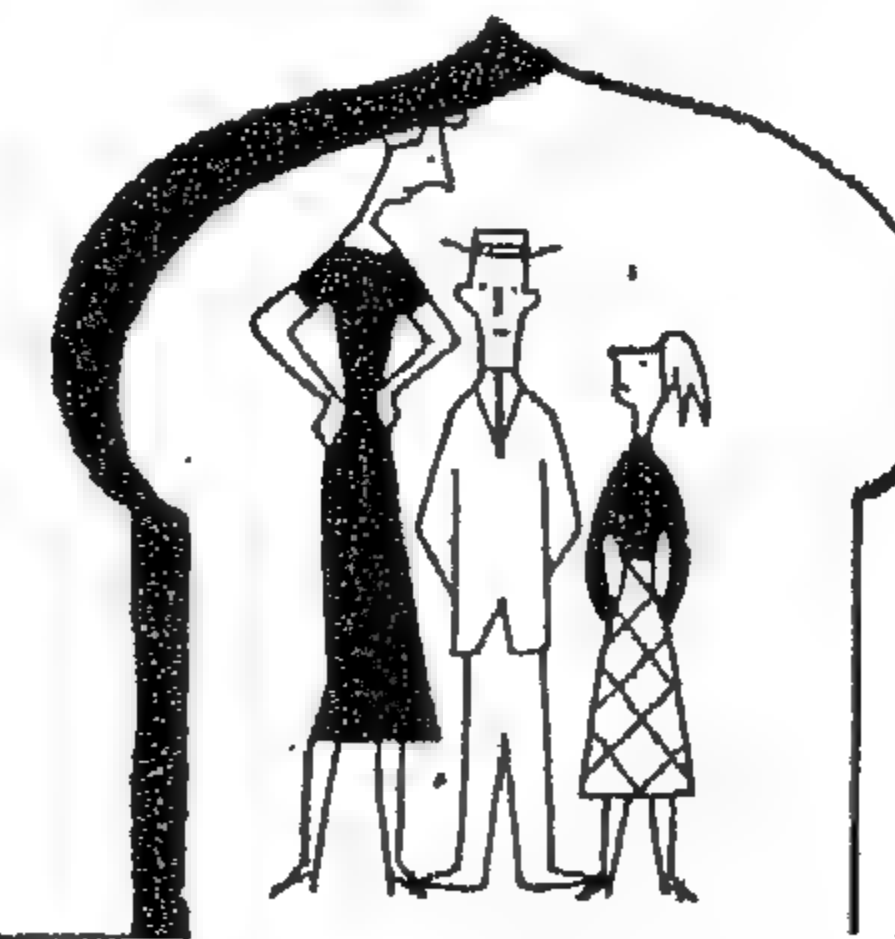


٢٢ - هل تختلقين الاعذار
لتكلميه تليفونيا ثم تعتذرين
له بأنك مضطرة الى ذلك
بحكم ظرف قهرى .

٢١ - هل تقولين عن
صديقتك زينب أنها خفيفة
فى حين انها فى الواقع
ظريفة وانك تغارين منها .

٢٠ - عند ما تشتريين
شيئاً غالى الثمن هل تفضلين
دفعه بشيك حتى لا ترى
النقود تتسرب من يدك ؟

١٩ - هل تدعين الاهتمام
الفنون الجميلة فى حين أنك
لا تفهمين الفرق بين
التصوير القديم والحديث ؟



٢٦ - عند ما تنجح زميلة
لك أوفر ذكاء وأكثر اجتهادا
هل تدعين أن الفضل فى ذلك
يرجع الى المحسوبيات ؟

٢٥ - هل تستعملين
تعبيرات معقدة غريبة لا
تعرفين معناها تمام المعرفة ؟

٢٤ - هل تعللين عدم
اقبال الشبان على طلب يدك
بأنك محتشمة أكثر مما
يجب أو لانك سيئة الحظ ؟

٢٣ - هل تفتحين خطابات
زوجك بدعوى انها قد تكون
حاوية مسائل لا تحتمل
الانتظار الى حين حضوره .

وتعود الطفل على ألا يعمل الا
قوة واقتدارا وهم يوصونهما
أيضا بالألّا يبألغا فى تدليل
أطفألهما حتى لا ينساقوا
وراء غرائزهم

أما نحن الكبار ففي
استطاعتنا أيضا أن نقوم
المعوج من ارادتنا وذلك باتباع
الطرق الاتية :

١ - ابحتى أولا عن سبب
ضعف ارادتك فى صحتك
ذاتها . فمن المقطوع به أن
الغدد الصماء لها تأثير كبير
على الارادة .

٢ - تعودى أن تسيرو
حياتك بنفسك فالارادة
تقوى وتنمو بالتعود . ابدئى
بأشياء صغيرة .

٣ - ضعى أمام عينك
بلوغ الهدف الذى وضعته
لنفسك مهما كلفك الامر
ولتصلى الى غرضك ابدئى
أيضا بأشياء سهلة مثل زيارة

الارادة الارادة

من دراسات بنت النيل

الوقت المناسب لارضائها
ما هو فى الواقع الا فعل
ارادى يتميز بخاصتيه
الملازميتين له ألا وهما
الاختيار ثم التنفيذ .

بيد اننا ما زلنا هنا أمام
ارادة أولية ناقصة لا تلبث
أن تكتمل فى المستقبل
تقوية الارادة

يشكو بعض الناس أنه
ليست لهم ارادة وأنهم كثيرا
ما يتألمون لهذا النقص الذى
يلازم شخصيتهم ويعوقها عن
العمل المجدى . لذا عكف
علماء التربية على دراسة
هذه الناحية من النفس
الانسانية دراسة وافية
مستعينين بتجارب علماء
النفس وبملاحظاتهم

لقد استطاع الطب أن
يحدد بكل دقة مركز الوظائف
العصبية فى المخ . فنحن
نعرف مثلا مركز حاسة البصر
والمركز الحركى لهذه أو
لتلك العضلة . ونعرف أيضا
أن تلف هذه المراكز اثر
حادثة يؤدى الى العمى أو الى
شلل العضلة المتصلة بالمركز
المصاب .

غير أن الطب وعلماء التشريح
لم يصلوا بعد الى تحديد مركز
الارادة فى المخ . وسبب
ذلك ان الارادة هى عبارة
عن مجموعة من الوظائف
تتعلق كلها بالمخ .

وعلى الرغم من هذه
الصعوبات فقد استطاع
العلماء اكتشاف بعض المراكز
العصبية الحركية التى لا بد
منها للنشاط الارادى .
ولكن هذه المراكز ما هى الا
وسائل تقوم بنقل وتنفيذ
الفعل الارادى (كالاسلاك
الكهربائية) فهى اذن ليست
الارادة نفسها .

قصة الارادة

لمعرفة كيف تتكون الارادة
علينا أن نتتبع تطورها عند
الطفل . ففي مستهل حياة
الطفل نجد لونا من الميول
تسير بلا نظام ولا رقابة .
فالطفل فى سلوكه لا يستوحى
الا مبدأ اللذة ، وهو يشبع
حاجاته بدون أى تمييز بينها
كما يفعل الحيوان تماما .
وفى هذا الطور من حياة
الطفل نستطيع أن نقول ألا
وجود للارادة اطلاقا .

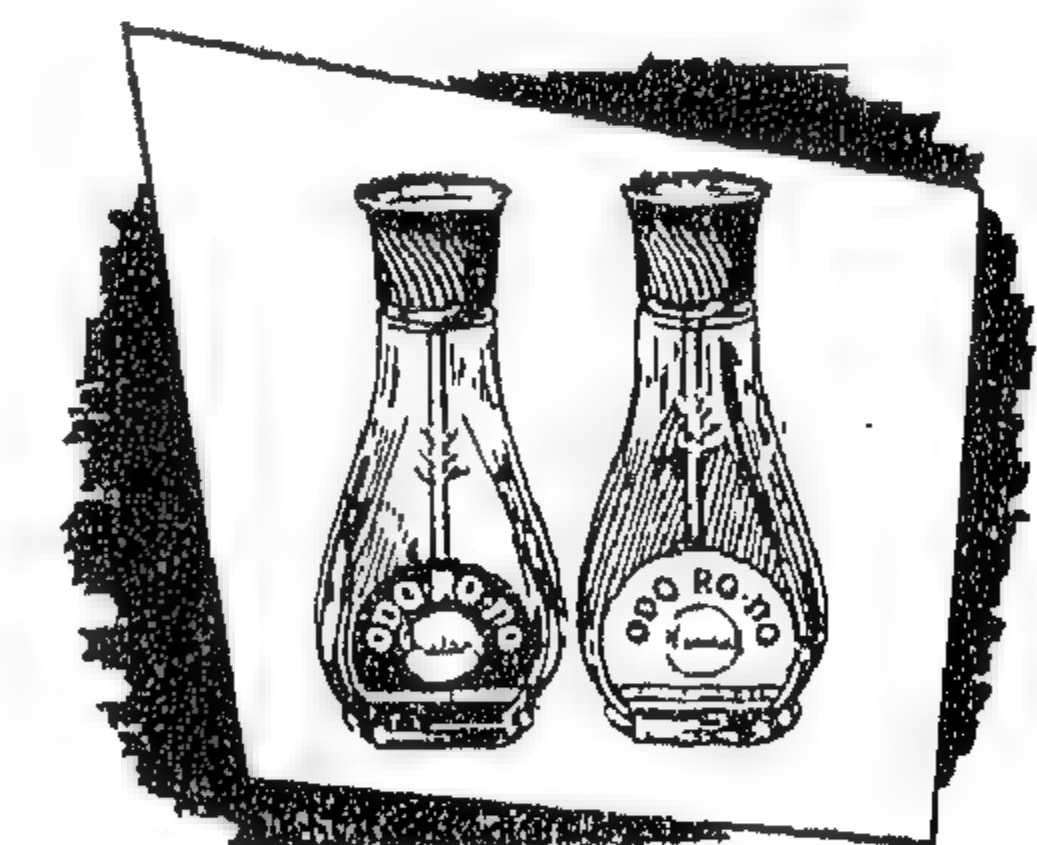
وتأتى بعد هذه الفترة من
حياة الطفل حقبة نشاط
منظم له غرض معين .
ويتعلم الطفل فى هذه الحقبة
المشى والكلام وما الحركات
الجديدة التى يقوم بأدائها الا
نوع من النشاط الارادى .
وان كبت الحاجات وانتظار



نقدمه معاملة بودة

خميرة رويال

أذهبى بهذا الاعلان الى البقال
الذى تعاملينه واطلبى منه ان يعطيك
- مجانا - كتاب " رويال للطهى
وعمل الحاوى " الذى قامت بطبعه
معامل خميرة رويال . او اطلبينه
مباشرة من الوكلاء : م . ل . ف . ف .
وشركاه - سن بنو وشركاه - خلفاء
٢٦ شارع قصر النيل بالقاهرة



وقاية تامر

ان كل مرة تستعمل فيلّا كريم اودو-روننا
تكفل لك وقاية كاملة من افرازات تحت
الابطال والرائحة لمدة شوم من يوم الى
ثلاثة أيام .

اودو-روننا لا يلزمه الجلد
اودو-روننا لا يلزمه الجلد
اودو-روننا لا يلزمه الجلد
وفى الحماية لنفسك من العرق والرائحة
كما يفعل اللابريه غيرك باستعمال

اودو-روننا
الكريم الكامل الزيتى للرائحة



شخص تتضايقين من زيارته
٤ - قومى ببعض الألعاب
الرياضية كل صباح
٥ - هناك تمرين لتقوية
الارادة نوصى المدمنين على
التدخين بممارسته الا وهو
الانقطاع عن التدخين يوما
فى الشهر .

الشخصية . لقد رأوا أن
الارادة تبدأ فى الظهور عند
الطفل فى بحر سنته الثانية
فانكبوا يعنون بها حتى لا
تأتى ناقصة وهم فى ذلك
يوصون الوالدين بالألّا يقسوا
على أطفالهما تلك القسوة
التي تقتل الارادة فى مهدها

فخر

الاعمال التي نحب أن نكلف
بها في الميزان :
نحن الشبان نحب قيادة
السيارة وفحص محركها



واصلاح جهاز الراديو وبعض
الاعمال المنزلية التي تحتاج
الى سواعدنا .

ونحن الشباب نريد أن
نذهب بمفردنا الى المحلات
التجارية لشراء بعض
الحاجيات . وأن نأخذ على
عاتقنا مهمة تحضير طعام
يوم بأكمله مرة في الاسبوع
وأن يسمح لنا بتفصيل
فستان بأنفسنا حتى لو
اقتضى الامر ضياع قطعة
القماش .

تلك هي يا سيدتي مطالبنا
نرجو أن تنشرها كما هي
فلعلها تصادف قبولا والا
فاننا نرحب بكل نقد يوجه
الىنا .
شباب وشابات النيل

وفي أيامي . . يجب ألا . .
وتلك المقارنات التي لا داعي
لها بيننا وبين ابن فلان أو
فلانة . ألا يستطيع والدانا
أن ينظرا إلينا نظرة جدية .
ان مصروف جيبنا قليل
بالنسبة لمطالبنا . ويضايقنا
ذلك العتاب المستمر من
والدينا عندما يسمعاننا بين
حين وآخر انهما يبذلان كل
غال ورخيص في سبيل
تربيتنا . كما اننا لا نحب
أن يطلب إلينا والدانا أن
نعزف هذه القطعة أو تلك
على البيانو أمام الضيوف
كما لو كنا حيوانات أليفة
دربت على أن تأتي ببعض
الحركات . .

ان والدينا لا يعرفان كيف
يجعلاننا نبوح لهما بأسرارنا
واننا في حاجة ملحة الى ذلك



ولكن العبارات تصل الى
شفاهنا ثم تقف . . ليدعانا
نناقش بحرية حتى المسائل
السياسية . فاننا نريد أن
نكون أحرارا في اختيار
موقفنا .

تكون أمهاتهن أنيقات .
لكن الشبان يفضلون ألا تنأى
والداتهن عن الاعتدال
ويكرهون التأنق الزائد عن
حدده والابن يفضل والده في
بدلة اسبور أما الابنة فانها
ترغب في أن تراه متأنقا .



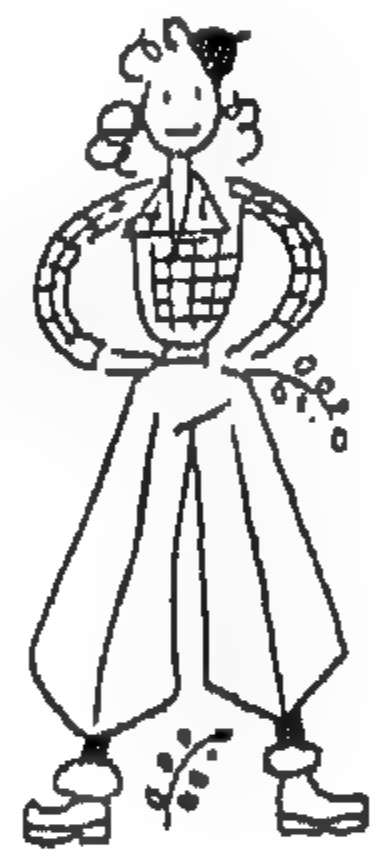
أصناف المأكولات التي نحبها
نستطيع أولا الاستغناء
عن أصناف الحساء ونفضل
عليها الاطعمة الجافة المتنوعة
واللحم المشوى وجميع
الأصناف التي تحمر بالزيت
أو بالسمن . اننا لا نحب
الجبن كثيرا . ونطلب المزيد
من الفواكه خاصة تلك التي
تحتوي عصيرا والحلوى
المحشوة بالكريم والمربي
والشوكولاتة والسكر . ان
الفترة التي نقضيها في تناول
الطعام طويلة ومملة انه في
الامكان أن نأكل بسرعة كما
اننا نحب من أن لا نأكل بصحبة
أصدقائنا دون رقيب أو
حسيب .
جمالنا :

النقط السوداء والحب
الذي يظهر على بشرتنا كذلك
الشعر الزائد على حاجبينا
وشاربينا وساقينا (هذا
فيما يختص بالبنات) . ان
يدينا وقدمينا بعيدة عن أن
تكون جميلة وهذا
يضايقنا كثيرا . ان دروس
الالعاب السويدية تهمنا .
ان احجامنا هم يقلق راحتنا
فالبنات يهدفن الى تناسق
قوامهن والاولاد يبحثون عن
الوسائل التي تنمي عضلاتهم
ما نود أن نغير في طبائع
والدينا :

اننا نريد منهما أن يتركنا
تلك الجملة : « في سنك

لا توجد للأسف مجلة تعبر
عن رغبات الشباب وأمانيتهم
رغبات جيلنا (بين ١٦ و ٢٠
سنة) . ونحن نشكر
(بنت النيل) التي أتاحت
لنا فرصة التحدث عما نريد
وكلنا ثقة في أن والدينا
وأصدقائنا المخلصين
سيفهموننا .

اننا نبدأ ببث شكوانا من
الحياة اليومية التي يضطرنا
والدانا على أن نحياها .
الملابس التي نحب أن نرتديها
نحن الشباب نريد أن
نتحرر من تلك الملابس التي
تظهرنا وكأننا طفلات
صغيرات . اننا نكره تلك
القمبعات المتنوعة من القش



والياقات البيضاء على
الفساتين . لقد مللنا
الفساتين المصنوعة من
القماش الاسكوتش وذلك
الطراز البسيط جدا الذي
يسود كل ملابسنا . نحن
في حاجة الى شيء من التنميق
والى زوج من الجوارب
الحريرية والى زوج من
الاحذية ذات الكعب العالي
والى حقيبة يد جميلة .

أما نحن الشبان فقد بدأنا
نأنف من البدل الجاهزة
والصداري المصنوعة من
الصوف الغليظ والتريكو
المعقد . ان كل ما نشتهي
هو زوج من الاحذية الفاخرة
ومحفظة من الجلد الناعم
وبعض الكرافتات الجميلة
الملابس التي نحبها على والدينا
ان الشباب يرغبون في أن

لكي تحتفظ الملابس دائما ببياضها
الناصع ، إستعملى قليلا من :

زهرة
كولمان



في خضاب
غسل الملابس
عند شطفها

فیشن کی کتاب





أقلام الربيع

يريد صانع الازياء جاك فاته أن يضيف على المرأة في منتصف هذا القرن طابعا نسائيا خياليا . أما روشاه فهو يفضل الحرير والموسلين الرخص اللامع وهو يفضل الالوان الفاتحة

ان التغيير الشامل الذي حدث في منتصف هذا القرن هو الاورجونزا السادة ابتكار بياكيني والموسلين صنع كودورييه

أما فيما يختص بالتأثيرات فهناك مجموعة من الاقمشة على جروجران رخص . ويوجد للتأثير أيضا نسيج الشانتونج السميكة على الوان مختلفة وللفستان ذي القطعتين الخاص بالمدينة فان تيل لونشون وساكس قد صنعا له خصيصا والتوال شامبتر الباجاو الكلوكية المخطط بالحرير .

أما للبلاجه فتوجد أقمشة قطنية صالحة على الجهتين وأقمشة من التيل لا ينكسر برسومات مستحدثة .

وللفستان الشمينيه الذي يلبس في الصباح فلا يوجد أحسن من شانتونج سوراه من الحرير الطبيعي .

ولفستان التواليت فقد عاد الكريب ديشين الطبيعي المطبوع والقماش السوراه صنع كودورييه .

ان الصالون الاخضر الذي يحرص أن يكون دائما في المقدمة يقدم لك كل هذه الانسجة الجديدة وغيرها مما لا يمكن حصره وليس أمامك الا أن تتجول بين أقسامه المختلفة لتشاهد الأقمشة التي صنعت خصيصا لازياء ربيع ١٩٥٠

الصالون الاخضر

مستودع الكولسترين الموجود تحت البشرة وفي الدم بنسبة عادية فان زادت نسبته ظهر على البشرة على هيئة بقع . فهذه البقع ان هي الا طبقة من الدهن تحتوى على نسبة كبيرة من الكولسترين .

كيف يمكن التخلص منها ؟
أحسن طريقة هي مبضع الجراح . والعملية في غاية من السهولة ويقوم بها الطبيب بعمل بنج موضعي ولا تترك أى تشويه او اثر على البشرة . ويمكن أيضا أن نتخلص منها بالكهرباء ، ولكن في هذه الحالة قد يظهر أثر الاستئصال على البشرة . وهناك طريقة ثالثة غير أكيدة المفعول وهي وضع كمادات من حمض التريكولوراستيك بنسبة ٣٣ ٪ تجدد كل خمسة عشر يوما . غير أن هذا العلاج يجب أن يقوم به الطبيب لخطره على العينين . والطبيب وحده هو الذي يستطيع أن يعالج مثل هذه الحالة .

احذري :
ان استئصال البقع لا يعنى القضاء عليها قضاء مبرما ان أنت لم تحاولي علاج أسبابها الداخلية . فان مستودع الكولسترين سببه عدم قيام الكبد بوظيفتها كما يجب . لذا وجب علاجها والابتعاد عن المأكولات الغنية بالكولسترين مثل البيض والدهن والسمن والزبد والزيت والصلصة . والامتناع طبعا عن تناول المشروبات الروحية . اكثرى من تناول الخضروات المسلوقة والاطعمة الصحية . ولكن سوف تقولين ما هذا النظام الغذائي الذي يلاحقني أينما سرت ؟ فأقول لك ان الجمال والشرافة لا يمكن ارضاؤهما في وقت واحد . وعليك أن تختاري بينهما .

البقع الصفراء

أنه بعد مضي وقت قصير تبدو بوضوح وتكبر الى درجة أنها تضايق وتعطل حركة الجفن .

لا تعتقدى يا سيدتى أن في امكانك ازالة هذه البقع بمستحضرات الجمال من كريم ومحللول قابض للمسام وغيرهما مما تستعمله بعض سيداتنا ، ذلك أن مصدرها داخل الجسم لا البشرة وتكون من

كم من سيدة تشكو من هذه البقع الصفراء التي تظهر على بشرتها ؟ والواقع ان هذه البقع ثقيلة ولو أن لونها أفتح من النمش ولكنها تبرز قليلا وتمتد بسرعة . تظهر هذه البقع غالبا على الجفنين ثم لا تلبث أن تتكاثر . تبدأ أولا على الجفن الاعلى ثم تنحدر على الجفن الاسفل . وهي في أول أمرها يكاد لا يلاحظها الانسان غير

كل يوم معاد للسفر

البحر	اسكندرية . بيروت . دمشق . بغداد . طهران
البحر	اسكندرية . بورسعيد . اسبوط . بيروت . القاهرة . الخرطوم . الخرطوم
البحر	اسكندرية . بورسعيد . بيروت . دمشق . الكويت
البحر	اسكندرية . بورسعيد . بيروت . قبرص . نابولي . جنيف
البحر	اسكندرية . اسبوط . بيروت . دمشق . بغداد . طهران
البحر	اسكندرية . بورسعيد . بيروت . القاهرة . الخرطوم . ادبيابا
البحر	اسكندرية . بورسعيد . بيروت . قبرص . اسطنبول . جوه

شركة مصر للطيران

القاهرة : ميدان ابراهيم باشا ت ٤٧٢٥٦ - ٤٧٧٣٥ - ٥٦٩٢٩
الاسكندرية : ميدان سعد زغلول ت ٢٠٧٧٨ - ٢٤٢٠٣
بورسعيد : شارع فتواد الاول ت ٢٨٧٠
وجميع مكاتب السياحة المعتمدة

من القدس للقدم

يقدم هذا الفستان الانيق صانع
الازياء الشهير بيير بالمان • وهو
من الصوف الخفيف البيج • وقد
ارتدت صاحبه قبعة مصنوعة من
القماش نفسه وربطت حول عنقها
هذه القطعة من القماش المزينة
برسومات تقلد السلحفاة • أما
الحزام فهو من نفس الرسم واللون
والقفازان قصيران •



↑ قبعة من القش الاخضر المبطن بالساتان الابيض •
الفواليت خضراء محلاة بزهور التفاح الابيض • القفازان
من التافتاه الاخضر • ابتكار جلبرت اورسل •



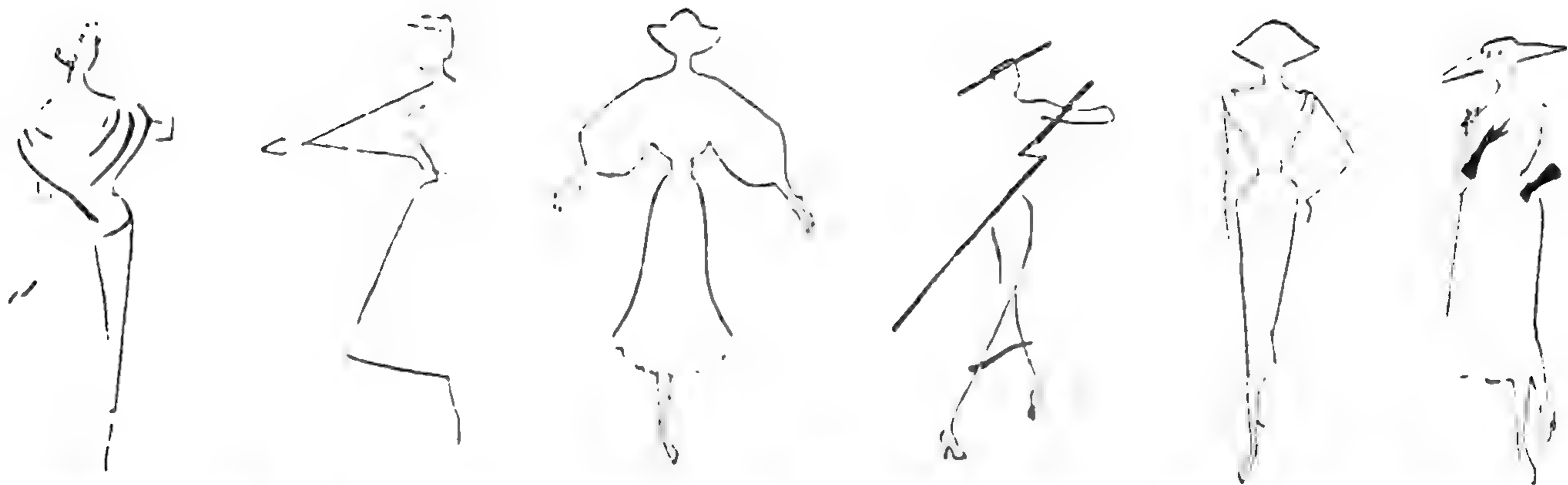
حذاء جميل من الجلد الابيض مفتوحا من الامام ومن
الخلف • الباريت مبتكر •



الصورة الاولى : فستان من قطعتين من الحرير
الازرق الغامق • شكل مخروطي يحل أعلى الكتفين •
قطعة بييه صغيرة حول العنق •

الصورة الثانية : فستان من الصوف الخفيف
الرمادي منقط بنقط رمادية غامقة • الجلييه من الحرير
الابيض ابتكار الكس ماجى •

الصورتان الثالثة والرابعة : فستان من التيل
الرمادي محلى بالجروجران ابتكار الكس ماجى





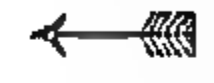
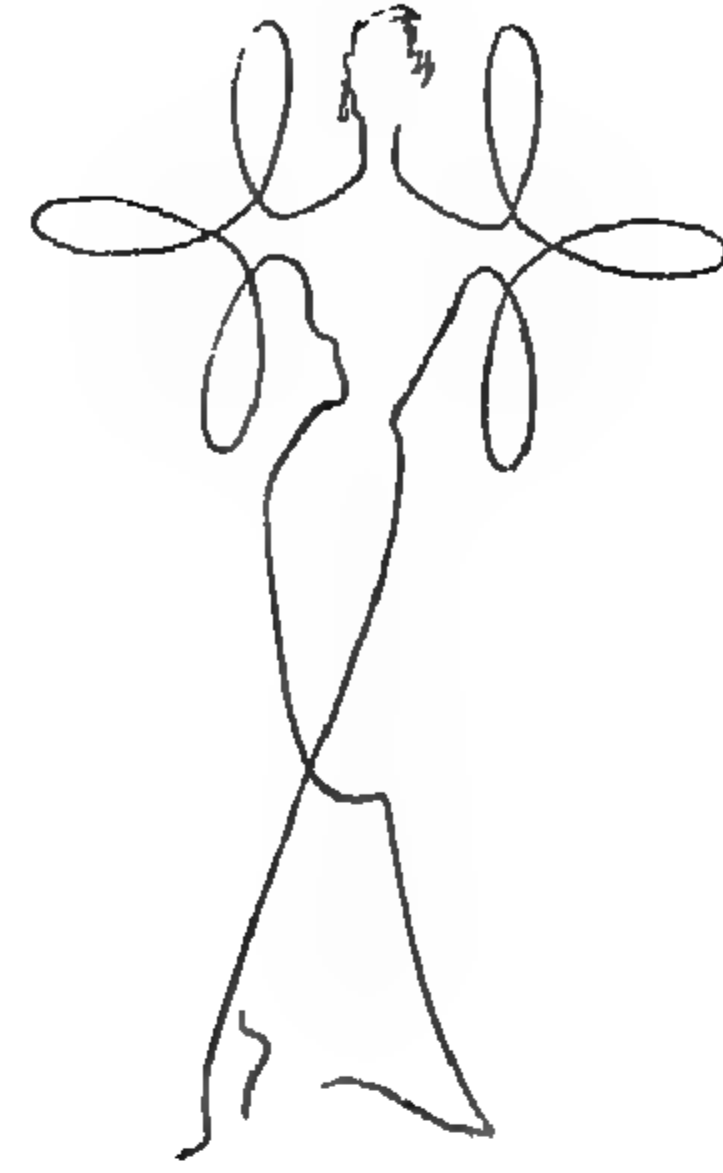


الصورة الاولى : فستان من الشاتونج الفانتزى
الرمادى المخطط بالاسود • ابتكار بيبى كلورانس

الصورة الثانية : فستان من الالمباجا الرمادى الياقة
مبطنة بالبيكة الابيض وكذا اساور الكمين والجيبين •

الصورة الثالثة: فستان من الصوف الخفيف الاخضر
والاسود الجليليه من البيكه الابيض • ابتكار كلارانس

الصورة الرابعة : فستان من قطعتين ازرق غامق
الظهر غير ملتصق يشبه الكاب • الياقة من الباتيستنه
البيضاء ابتكار مارسيل روشاه •



أطلق روبري ييجيه على هذا الفستان أسم لون
شون وهو من الشانتونج ويلبس تحته قميص
أسود من الكريب • أما القبة الكبيرة فهي من
القش •

سترتدى السيدة الانيقة هذا الربيع قبة وتمسك بيدها
حقيبة من نوع واحد • فالقبة من القش حليت بشريط من
القطيفة أما الحقيبة فهي من نفس القش ونفس الرسم •







أبتكرت لتحتفظك منشركة أنيقة طوال اليوم...

YARDLEY

English **LAVENDER**

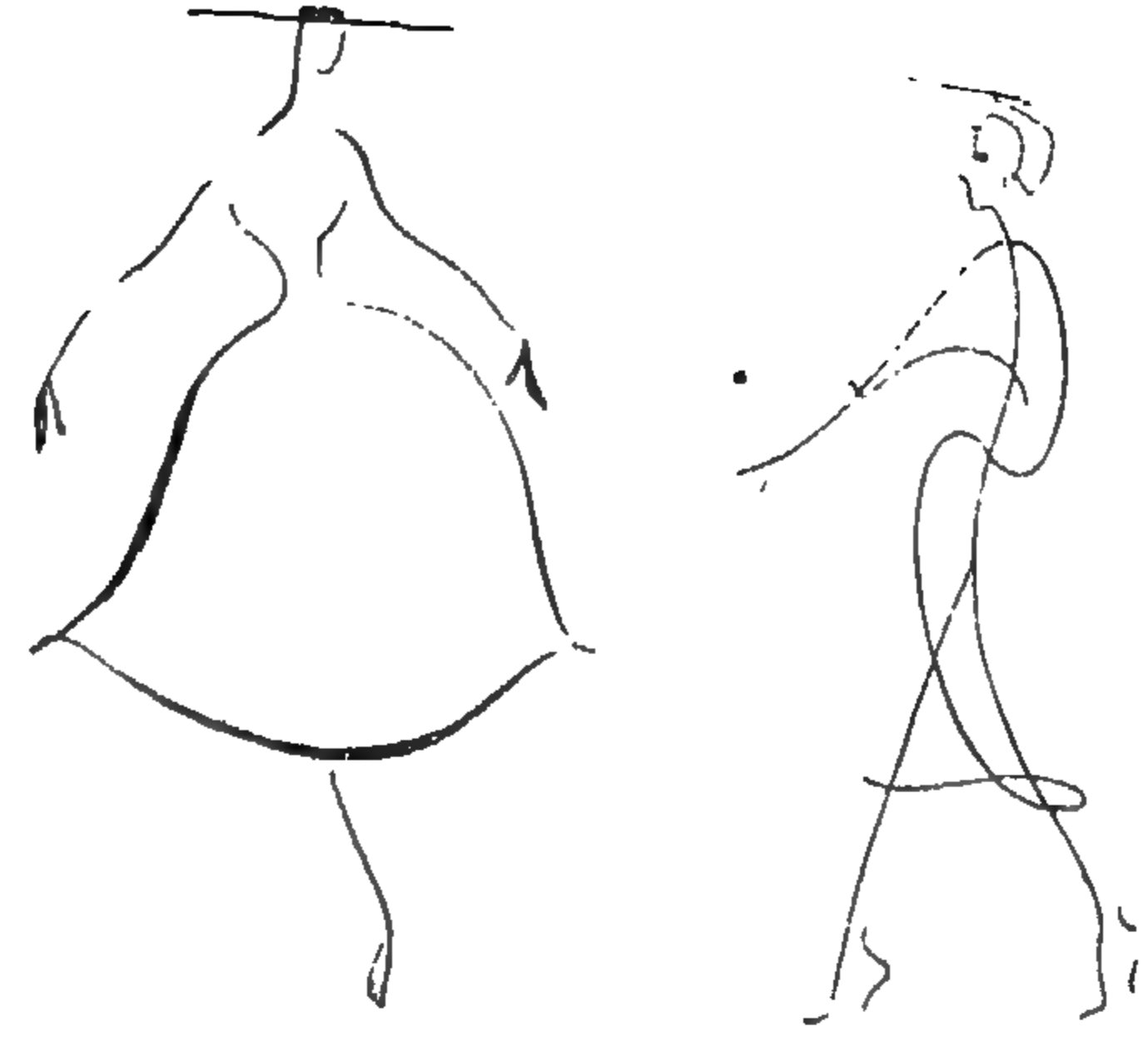
ياردلي

اللوندة اللبخية

وصابون العالم الفاخر

وكذلك : املاح الحمام . وبودرة التالك . وغيرها من مستحضرات التجميل معطرة بلاونده ياردلي الشهيرة

ياردلي . ٣٣ شارع أولند بوند . لندن



الى اليمين: فستان للسهرة من الاورجونزا الاخضر
والاحمر الجونلة الاورجونزا تلبس على جونلة أخرى
من التافتاه المكشكش • الكورساج بدون اكتاف وقد
حلى بورد أحمر •

الى أعلى : ابتكر هذا الفستان مارسيل روشاه
وهو من الغاي الزرق الغامق وقد وضع حول الرقبة
هذه الفيونكة البيضاء •



قبعات لائری می

هاهی مجموعات القبعات ترد الینا من باریس
نقدمها الیک علی ہاتین الصفحتین فترین الی یمین
هذا الکلام قبعة من البیکة الابيض وقد حلیت من
الامام ببعض من الزهور البیضاء ذات القلب الاصفر
والاخضر وارتفعت الحافتان من الجانبین وحلی الجزء
الخلفی منها بورقة شجر خضراء • ویری حول
المعصم سوار من زهور البیکة • أما مبتكرة هذه
القبعة الجمیلة فہی روز فالوا •

القبعة الی أسفل من الیمین فقد أطلقت علیها
مبتكرتها سیمون کونج طریق اللبانة وھی من
الریش الابيض وقد ركب علی قالب من القش •

القبعة التی تحت هذا الکلام هی من القش
الاصفر المحلی بعصافیر صفراء وقد اطاعت علیها
مبتكرتها مود روزیه اسم « ادخلی ! ادخلی ! »



من فرنسا..

من أعلى الى أسفل : قبعة من القش الخفيف حليت بفواليت وجروجران كحلي .

القبعة الثانية : في الوسط من الجروجران الابيض حليت من الطرف بالكحلي وعلق بها ريشتان بيضاوان من ريش الحمام بعد أن لونتنا بالازرق .

أسفل الى اليسار : تمتاز هذه القبعة ببساطتها وأناقتها وهي من الجروجران الابيض وحليت الفواليت التي تغطي جزءا من الجبهة بعصفورين أبيضين .

أسفل الى اليمين: قبعة من القش 'الازرق الجميل' حليت بفواليت تغطي الوجه كله وغرزت فيها هذه الريشة العريضة البيضاء لتزيدها جمالا على جمال

وأخيرا لاشك انك اتعجبت ببعض هذه القبعات ولاشك انك ستختارين منها مايتفق وشكل وجهك





أحذية لكل وقت

تمتاز أحذية هذا الموسم بالاناقة وحسن الابتكار وقد أرسلت المينادور الازياء بباريس هذه المجموعة من الاحذية • والملاحظ على بعضها ميلها الى الغرابة كما هو ظاهر في الصورة التي في أعلى الى اليسار فقد رسم بالجلد على جانب من الحذاء صورة عين ويميل صانعو الاحذية عامة الى التقليل من ارتفاع الكعب فيما عدا أحذية التواليت فان الكعب مازال عاليا ودقيقا •

ولسنا في حاجة الى أن نحذرك للمرة الاخيرة من شراء الاحذية الضيقة التي تشوه القدم وتحول بيننا وبين التنقل على القدمين •



لا تعرضي طعامك لتلك العمليات المعقدة لطهيه ولا تظني أن الطعام الجذاب المنظر ذو النكهة الطيبة هو الغذاء الكامل الذي يمدك بكل ماتحتاجينه من العناصر الضرورية لجسمك ولكن اعلمي أن الطعام الذي يطهى طهيا صحيا هو الذي يحتفظ بعناصره النافعة مع سهولة هضمه وتمثيله بالجسم .

واعلمي يا سيدي أن
الفيتامينات تتأثر بالطهي
المعقد والتعرض للحرارة
واكسجين الهواء والمواد
القلوية التي تضاف إليه
لتحسين نكهته وغير ذلك
من الظروف والملابسات .

وتتبع بعض الاسر طرقا غير صحية في طهو طعامها اليومي فتقوم بطبخ كمية كبيرة من الطعام دفعة واحدة لتكفي وجبتى الغداء والعشاء وتقوم بتسخين الطعام كلما احتاج الامر وهذا يضيع كمية من قيمة الطعام . .
والافضل أن يجهز الطعام وجبة بوجبة على أن يقدم للاكل عند انتهاء طهيهِ مباشرة . .

وفيما يلي الطرق الصحية
لتهيأ أشهر الاغذية

اللحوم والاسماك

ان طريقة طبخ اللحوم
والاسماك بسلقها فى الماء
وغليها على النار تقلل من
قيمتها الغذائية وذلك لتسرب
بعض المواد البروتينية
والاملاح المعدنية المقيمة
بدوابنها فى الماء هذا علاوة
على فقد بعض مركبات
فيتامين (ب) وأهمها حامض
البانتوثنيك والثيامين
والبيريدوكسين وحامض

ظاہر حسن درہ

معروضات و مبتکرات

عند
شيكوريل
القاهرة - أسيوط
تريموود
الاسكندرية

شیکوریل
شیکوریل
شیکوریل
شیکوریل

شیکوریل شیکوریل شیکوریل شیکوریل شیکوریل
شیکوریل شیکوریل شیکوریل شیکوریل شیکوریل

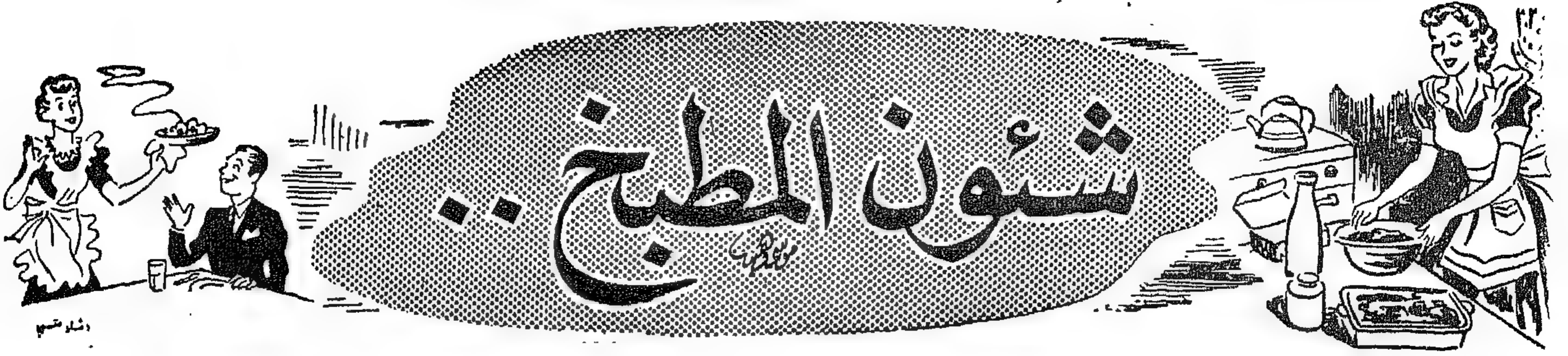
انحصار الامتياز

أعطيها
لعافنا
ممتازا
بواسطة

براسو



السائل الممتاز لتجميع العادون



٥ - اتركها في الثلاجة أو حول الثلج حتى تجمد تماما
ثم قلب في طبق صيني مسطح مفروش بورق الخس
ويزخرف حولها بحلقات من الفجل الرومي
ولزيادة زخرفة الطبق املئي بصلصة الطماطم أربعة
قوالب من قوالب الكعك الصغيرة وزخرفيها بالبازلاء بنفس
الطريقة وعند ما تجمد قلب في الطبق المسطح حول القالب
الكبير ، كما هو موضح بالرسم
٦ - يقدم من اللحوم الباردة وسلطة الخضر

سموفليه الشكولاتة

المقادير :

نصف رطل شكولاتة طهي ٤ ملاعق كبيرة ماء
(كارفاتورا)
١ علبة لبن نسله ٢ زلال بيضتين

الطريقة :

١ - اذبي الشكولاتة فوق حمام مائي ثم أضيفي اللبن
ويقلب الجميع فوق الحمام المائي لمدة خمس دقائق ثم تنزع
بعيدا عن النار
٢ - أضيفي الماء ويقلب ليمتزج الجميع ويترك المزيج
حتى يبرد .
٣ - اضربي زلال البيض ضربا جيدا حتى يجمد
ويتماسك ويضاف بخفة جدا الى مزيج الشكولاتة بعد ما يبرد
تماما .
٤ - صبي المزيج السابق على شكل هرمي في كاسات
بللورية بحسب عدد الأكلين أو في طبق بللوري عميق
وزخرفي السطح بالجوز المفروم أو الكريز واطريه في
الثلاجة أو حول الثلج لحين التقديم .

تورته القهوة

المقادير :

ربع رطل زبدة ٢ بيضتان
ربع رطل سكر بودرة ٨ أوقيات دقيق
نصف كوب كبير قهوة ٢ ملعقتان صغيرتان بيكنج
ثقيلة مصفاة غليظا
نصف ملعقة صغيرة كاكاو ٢ ملعقتان صغيرتان بيكنج
جوز مقشر للتجميل بودر

الطريقة :

١ - اضربي الزبدة والسكر جيدا حتى تصير هشّة
كالكريمة ثم أضيفي لها البيض وامزجي الجميع جيدا
٢ - انخلي الدقيق والخميرة والكاكاو ويضاف بالتناوب
مع القهوة الى مزيج الزبدة والسكر السابق ويمزج الجميع
جيدا ثم يضاف البندق المفروم غليظا

قالب البازلاء بصلصة الطماطم والجيلي

من الاصناف الراقية المثلجة المستحبة في فصل الصيف
لا سيما في الولايم

المقادير :

١ ونصف رطل عصير ١ ونصف ملعقة كبيرة
الطماطم مسحوق جيلاتين
١ حزمة صغيرة مقدونس ٢ ملعقة كبيرة ماء بارد
٤ حبات فلفل اسود نصف ملعقة كبيرة خل
١ بصل متوسطة مفرومة ٣ فنجان كبير بازلاء
ملح وفلفل مسلوقة

الطريقة :

١ - صفى عصير الطماطم في كزرولة ومعها المقدونس
المقطع وحبات الفلفل والبصلة المفرومة ثم غطي الاناء وارفعيه
فوق نار هادئة حتى يصل لدرجة الغليان ثم تهدأ النار
ويترك يغلي ببطء لمدة ٢٠ دقيقة لتأخذ عصير الطماطم نكهة
وطعم الخضر ثم صفيه من شاشة ضيقة في سلطانية لتحصل
على عصير طماطم رائق جدا



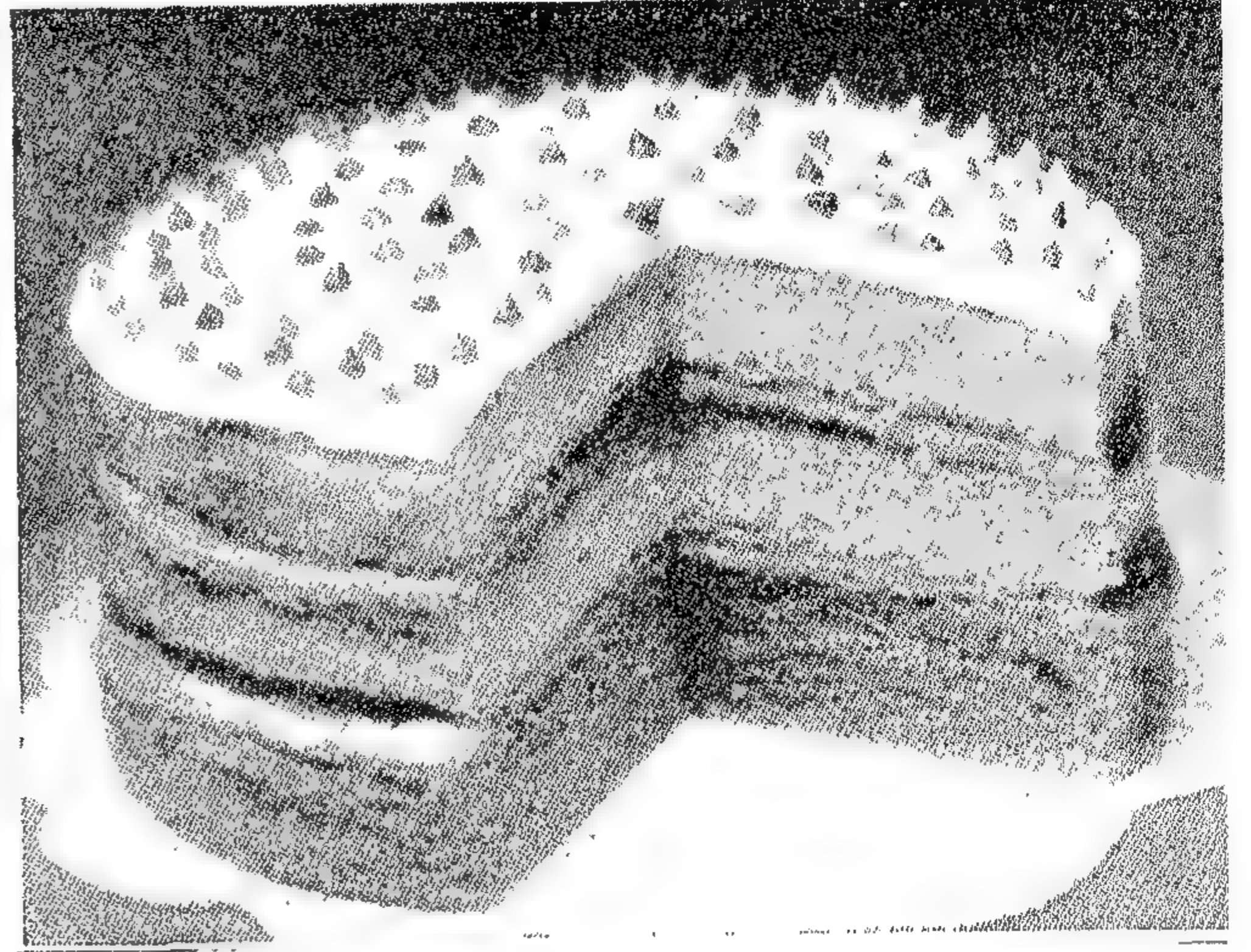
٢ - يرد العصير ثانيا في كزرولة نظيفة ويضاف اليها
الملح والفلفل والخل واضبطي الطعم

٣ - حللي الجيلاتين في مقدار الماء حتى تلين ثم تضاف
على عصير الطماطم السابق وتقلب فوق النار الهادئة حتى
تذوب الجيلاتين تماما واحترسي من اغلائها .

٤ - اتركها لتبرد ثم صبي قليلا منها في قاع قالب
مبلل بالماء وتترك لتجمد نوعا ثم رصي فوقه البازلاء المسلوقة
بشكل زخرفي منظم ويصب فوقها باقي صلصة الطماطم

طبخ شهر ابريل

٣ - صبي المزيج في قالبين مستديرين من قوالب الكعك قليلة الارتفاع بعد دهنها جيدا بالزبدة
٤ - تخبز في فرن ساخن لمدة ٢٠ دقيقة حتى تنضج .
٤ - تقلب الفطائر فوق منخل سلك وتترك حتى تبرد تماما ثم ضعى الواحدة فوق الاخرى وبينهما قليل من حلوى القهوة المثلجة الآتية :



حلوى القهوة

المقادير :

نصف رطل بن
٢ ملعقتان كبيرتان بن
١ ملعقة كبيرة ماء
١٥ ملعقة كبيرة سكر
١ بيضة
١ ملعقة كبيرة نشاء أو
نصف ملعقة صغيرة فانليا
دقيق كورن فلور

الطريقة :

١ - ضعى البن في شاشة واربطيه جيدا في الكزولة مع اللبن الدافىء وارفعيه فوق النار الهادئة حتى يقرب اللبن من الغليان ويأخذ نكهة وطعم البن ثم تنزع شاشة البن

٢ - حلى النشاء في الماء البارد ويضاف ببطء الى اللبن المغلى مع الاستمرار فى التقليب ويرفع المزيج فوق النار مع الاستمرار فى التقليب حتى يغلى ويغلظ فيضاف السكر ويبعد عن النار

٣ - عند ما يهدأ قليلا تضاف اليه البيضة بعد خفقتها مع الاستمرار فى التقليب وارفعيه على نار هادئة جدا ويطهى لمدة دقيقتين مع ملاحظة عدم غليانه حتى لا تتقطع البيضة ثم صفى هذا المزيج من مصفاة سلك واتركيه حتى يبرد فيضاف الفانليا

٤ - اضربى المزيج ضربا جيدا وبقوة بمضرب البيض السلك حتى يصير هشيا خفيفا ثم اتركه فى السلطانية داخل الثلاجة أو حول الثلج حتى يقرب من التجمد فيعاد ضربه ثانيا بالمضرب حتى يصير هشيا ويستعمل

٥ - ضعى جزءا من الحلوى السابقة بين الكعكتين وصبي الباقي فوق سطح الكعكة ويزخرف السطح بوحدات من البندق أو الجوز المقشور كما هو موضح بالرسم

٦ - ضعى التورته فوق طبق مسطح مفروش بورق دانتيل وتقدم

السبت ٨ أبريل

لحم بالتربية ، دقية باميا
محشو ورق عنب ، سلطة
زبادى ، فاكهة

الاحد ٩ أبريل

بفتيك بالبيض والبقسمات
سلطة خضار ، مسقعة
قرع ، مكرونة اسباجتى ،
الماظية فراولة

الاثنين ١٠ أبريل

فراخ محمرة ، ملوخية
خضراء ، دمه ، أرز مفلفل
مخلل ، جيلاتى الفراولة

الثلاثاء ١١ أبريل

فاصوليا خضراء مكمورة ،
طبق محاشى متنوعة ، سلطة
زبادى ، فاكهة

الأربعاء ١٢ أبريل

لحم روستو ، سلطة
خضار ، دقية خرشوف
بالفول الرومى ، أرز
مفلفل ، خشاف قراصيا

الخميس ١٣ أبريل

كستليتة مشوية ، سلطة
خيار ، فاصوليا جافه
مكموره ، قالب بودنج
العيش بالزبدة

الجمعة ١٤ أبريل

بوفتيك محشو بالخضر ،
مسقعة قرنبيط ، أرز
مفلفل ، سلطة خس ،
فاكهة

السبت ١٥ أبريل

عينية باذنجان ، سلطة
زبادى ، مكرونة اسباجتى
فاكهة

السبت أول أبريل

لحم بالدمه ، قلقاس
بالخضرة ، أرز مفلفل ،
مخلل ، الماظية برتقال

الاحد ٢ أبريل

جلانتين اللحم ، سلطة
خس ، فاصوليا خضراء
مكمورة ، أرز مفلفل ،
فاكهة

الاثنين ٣ أبريل

مسقعة باذنجان ، سلطة
زبادى ، مكرونة ، فاكهة

الثلاثاء ٤ أبريل

عاجن الخضر باللحم ،
سلطة خضار ، أرز مفلفل

الأربعاء ٥ أبريل

لحم روستو مفروم ، دقية
الفول الرومى الاخضر ،
أرز مفلفل مهلبية
الشكولاته

الخميس ٦ أبريل

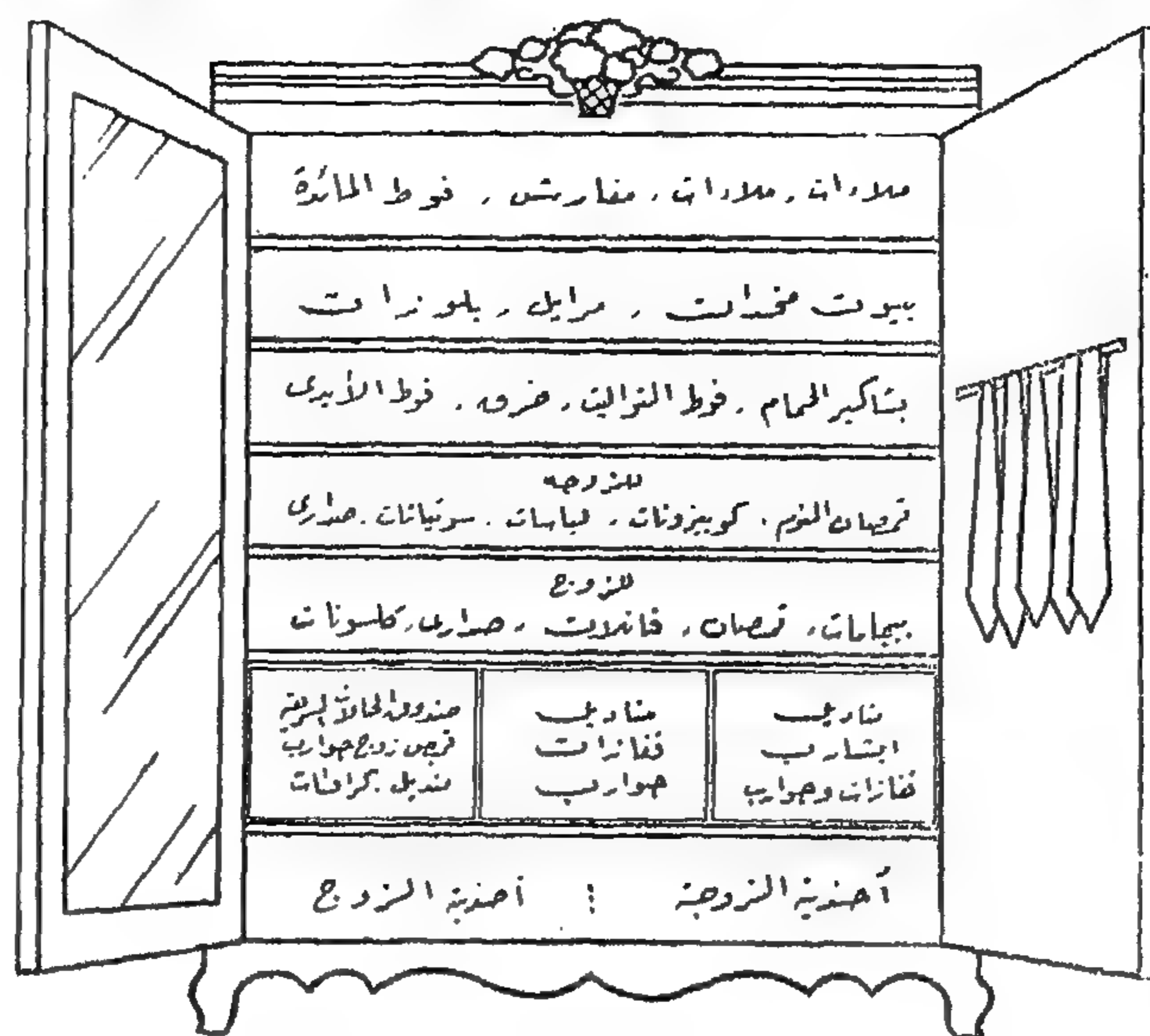
كفتة اللحم المشوية ،
خرشوف بالتربية ،
مكرونة بالطماطم ، فاكهة

الجمعة ٧ أبريل

كباب حلة ، سبانخ
مكمورة ، أرز مفلفل ،
سلطة بنجر ، فاكهة

ويجب أن تعلمي ياسيديتي
أن هذا الدولاب الذي نحن
بصاحبه ليس من النوع
الحديث بل هو قديم ورثته
عن جدك أو جدتك. ان مثل
هذه الدوليب تكون عادة
كثيرة الزخرفة ضخمة ذات
أبواب عريضة. ومن الملاحظ
أن كثيرا من سيداتنا يكرهن
هذه الدوليب لأنها لا تتماشى
مع بقية أثاث المنزل الحديث
هذا صحيح الى حد ما ولكن
ان أردنا الحقيقة وجدنا أن

انه في الغرفة التي تجلسين فيها عادة وتضعين فيها آلة الخياطة . انظري اليه الان أليس هو جميلا ونافعا ؟



أليك صناديق من
الكرتون ؟ حسنا • ان هذه
الصناديق يمكن الاستفادة
منها بأن تضعي فيها الاشياء
الصغيرة • قسميها بألواح
من الخشب الابلكاش الرفيع
ويمكنك في هذه الحالة أن
تضعي في هذه الصناديق
المناديل في أعلى والجوارب
في أسفل • خصصي صندوقا
لزوجك تضعين فيه ما هو
في حاجة اليه ان دعي الى
الغذاء أو الى العشاء فجأة •
ضعي في هذا الصندوق
قميصا وزوجا من الجوارب
ومنديلا وكرافات • ألصقي
على هذه الصناديق بطاقة
كتب عليها محتوياتها حتى
لا تضطري الى فتحها جميعها
وان أردت تبطين الدوالب
من الداخل عليك بشراء قطعة
من قماش النسايلون فانه
يوفر عليك مهمة نزع كل
شهر أو شهرين لغسله • إذ
يمكنك في هذه الحالة مسح
بخرقة مبللة • اما الطريقة
التبطين فهي في غاية من
السهولة اذا استعملت

ان محتويات دولابى
مبعثرة وقد اختلط فيها
الحابل بالنابل . ما الذى
حدث أثناء غيبتى؟ هل جاء
لص وسرق بعض ما فيها ؟
لا . ان الملابس جميعها
كاملة . لا بد اذن من أن
يكون زوجى قد بحث عن
تميص فقلب محتوياتها رأسا
على عقب ..

والآن هل تريد أن تضع
حد لهذه الفوضى ؟ اتبع
النصائح التي تقدمها لك
أحدى الخبيرات في شئون
المنزل :

١ - لكي لا يدخل الغبار
دولابك عليك بتبطينه
وتقسيمه على النحو الذي
نشير به عليك .

٢ - لزيادة مساحة دولا بك
ولتسهيل عملية وضع
البياضات ، اطلبى من النجار
ان يصنع لك لوحين أو ثلاثة
ألواح عرضها نصف عرض
الالواح الموجودة فى الدولا ب
ركبى هذه الالواح الجديدة
بين الالواح القديمة كما هو
ظاهر فى الشكل الاول .

الخط



المغفلة



المعتمدون
مصانقر نعيمة كوكا كولد

صح أم خطأ



يقولون عنك أنك سيدة مثقفة لا
تترددين أبدا في الإجابة على الاسئلة
التي توجه اليك • هل هذا صحيح ؟
اليك هذه المجموعة من الاسئلة فان
أجبت عليها دون تردد كنت حقا مثقفة •
ولكن يبقى علينا أن نعرف ان كانت
اجاباتك صحيحة •

١ - الايطاليون هم أول شعب أكل
المكرونه •

صح أم خطأ ؟

٢ - الغرفة المدهونة بالازرق تبدو
أكبر من الغرفة المدهونة بالوردي •

صح أم خطأ ؟

٣ - الحوت سمكة

صح أم خطأ ؟

٤ - سليمان باشا كان ضابطا
فرنسيا

صح أم خطأ ؟

٥ - جميع آلات الموسيقى تنقسم
الى ثلاثة أنواع آلات النفخ والآلات
الوترية وآلات القرع •

صح أم خطأ ؟

٦ - الجياد التي تجرى في سباق
الدربي من سن واحدة •

صح أم خطأ ؟

٧ - قبعات بناما مصنوعة في
جمهورية الاكوادور •

صح أم خطأ ؟

٨ - الغوري كان يعيش في بغداد

صح أم خطأ ؟

٩ - يوجد في مصر دراويش

صح أم خطأ ؟

١٠ - قشر البياض سمك بحري

صح أم خطأ ؟

١١ - المسلة الموجودة في باريس
أتى بها الفرنسيون من الاقصر •

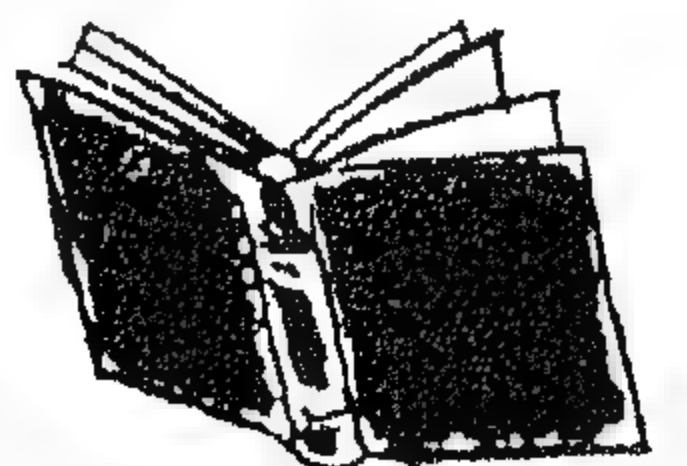
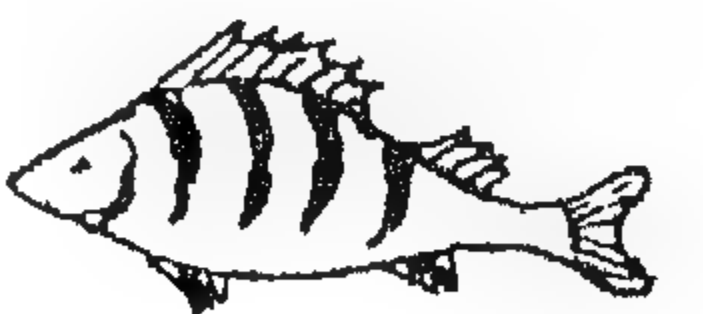
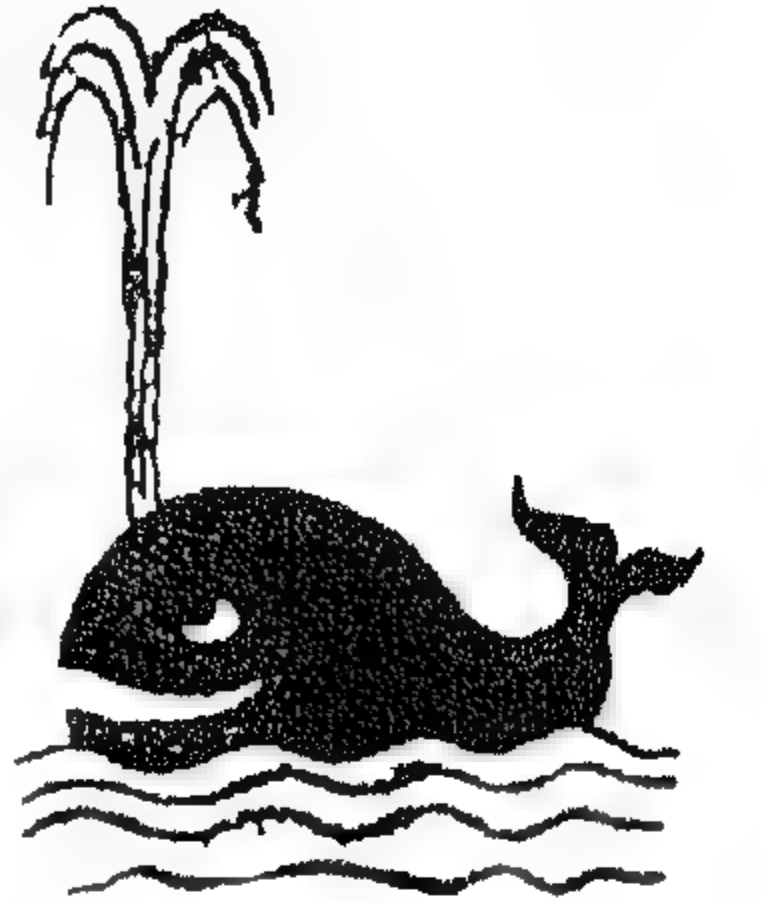
صح أم خطأ ؟

١٢ - توفيق الحكيم كتب (فجر
الاسلام)

صح أم خطأ ؟

والآن وقد أجبت على هذه الاسئلة
جميعها • يهكم طبعا أن تعرفي ما
نصيب اجاباتك من الصحة أو من
الخطأ •

انظري الاجابة ص ٤٠



إنه لما يزيد
أنا ملك جمالا
أن تكون أظافرك
مدهونة بطلاء

كوتكس

الساحر الذي يهب يدريك الرعدة والفقر
وهو يدوم متألقا على الأظافر مدة طويلة
دون أن يتشقق أو يتقشر • كوتكس أقصاري
لا يكلف كثيرا فيمكنك أن تحتفظي بده ألوان
من تشجيم مع فساتينك المفضلة فتبدلين أية في
الأناقة وسلامة الذوق ..



CUTEX

أكثر طلاء الأظافر شهرة في العالم

انضمي

الى اتحاد بنات النيل

شارع ابن ثعلب نمرة ١ تليفون ٥٨٤٦٣

كذبة ابريل !

لأستاذ فؤاد الصّاص

الاسكندرية فى ٣١ مارس
سنة ١٩٥٠

حبيبى .. محمود

أهديك سلامى وأبشك
أشواقى ، وأتمنى لك من
قلب يفيض بحبك كل صحة
وسعادة .

أرسلت اليك خطابا منذ
ثلاثة أيام ، أخبرك فيه أن
زوجى قد سافر الى طنطا
ليعود أمه المريضة وسيمكث
معها أسبوعا أو أكثر ...
وتوسلت اليك أن تسرع
بالمجيء حتى أتمتع بين
ذراعيك بليلة تعدل فى نظرى
كل متع الحياة !

انى أعلم لماذا لم تحضر
وأعلم أيضا ذلك العذر الذى
لا يتغير والذى تبرر به دائما
عدم مجيئك !

زوجتك الملعونة ..
زوجتك الحمقاء التى تقف
حائلا بيننا وبين سعادتنا
وحبنا ! ..

اسمع (يامريحة) ...
تستطيع أن تدعى لها انك
مكلف بالسفر الى الاسكندرية
لقضاء أمر مصلحى عاجل ،
ولن تشك زوجتك الغريرة
الطيبة فى شىء ..

تعال .. تعال سريعا
يا حبيبى ، فانى أدخر لك
بين أحضانى ليلة تساوى
نصف عمرك ! ..

وختما لك حبنى ، أما
قبلا تى فقد أبقيتها معى ..
حتى تأتى الى ! ..

أحبك الى الابد
(فوزيه)

أفلتت من فمها صرخة
مكتومة تطفح بالحنق
والقنوط وخيبة الرجاء ...
وخيل اليها أنها فى حلم
أسود أو تحت وطأة كابوس

مخيف ، فراحت تفرك عينيها
براحة يدها فى عنف ثم بدأت
تقرأ من جديد ..

(حبيبى محمود .. الخ)

كانت كل كلمة كنصل

حاد يمزق قلبها فى قسوة

ووحشية .. وغللت ذهنها

ظلمة كثيفة شلت تفكيرها

للحظة قصيرة استعادت على

أثرها بعض هدوئها ..

تسعة أعوام قضتها معه أوفى

وأرق ما تكون عليه الزوجة

المحبة المضحية ، وهما هى

تتلقى بعد كل هذه الاعوام

اعترافه بجميلها .. طعنة

مسمومة مزق بها قلبها فى

ندالة وضعة ..

وقفز الى مخيلتها (أول

أمس) بصورة وأحداثه

وكانه منذ لحظات .. حين

عاد زوجها من عمله ، وأنبأها

أنه مكلف بالسفر الى

الاسكندرية لقضاء أمر

مصلحى .. وكيف أنها ظلت

تتحايل عليه وتداعبه حتى

أرجأ رحيله الى صباح أمس

حيث ودعها بقبلة فاترة ..

اذن فلم يكن ذلك السفر

يتعلق بعمله ، بل كان

يتعلق برغبات قلبه الخائن

وجسده الفاجر ! ..

بل من يدري ، لعل كل

تلك الاسفار التى كان يقوم

بها بين الحين والاخر مدعيا

انها من اختصاص وظيفته .

لم تكن تتعدى الاسكندرية

حيث يرتع فى أحضان حبه

الآثم الملعون .. ثم يعود

اليها بعد يومين أو ثلاثة

ليقضى مثلها يتأوه فى فراشه

بحجة أن السفر وكثرة العمل

قد أرهقا جسده وحطما

أعصابه ! ..

وتذكرت كيف اضطرب

حين اقترحت عليه مازحة ،

أن ترافقه الى الاسكندرية

وكيف عارض فى شدة ثم

رفض فى خشونة متعللا بأنه

لن يملك من الفراغ ما

يمكنهما من الاستجمام أو

التريض والنزهة ..

... ولولا أن لاحظت أن

العنوان كتب بخط نسائى

دقيق وقد احتلت احدى

زواياه كلمة (خاص) ..

ورغم أنها لم تكن تشك

فى اخلاص زوجها ، الا أنها

أحست فى تلك اللحظة بشىء

من الفضول وبدافع خفى

يدفعها الى فض المظروف

وقراءة ما فيه ...

وما كادت تخرج الرسالة

وتبسطها أمام عينيها ، حتى

تسمرت نظراتها فى خبل على

أسطرها القلائل ؟

ذات ضحى جميل .. فى
مستهل الربيع ، كانت
(سعاد) تقف فى نافذة
غرفتها تمشط شعرها
الكستنائى الناعم وقد علت
شفتيها ابتسامة سعيدة ..
حينما دوى فى فناء الدار
صوت ساعى البريد (بوسته !
الاستاذ محمود حسن) ..

وبعد لحظات كانت الخادم
تضع فى يدها مظروفا
أزرق

وكادت تلقيه على المنضدة
بلا اكتراث ، اذ لم يكن من
عادتها أن تقض رسائل
زوجها أو تتدخل فى شئون
الخاصة .. لولا أن تنسمت
عطرا عبقا يفوح من المظروف



الشركات السياحية رعاية لصالح

المشاهير - اشينا ١٨,٥ جنيه
المشاهير - رومنا ٣٧ جنيه
المشاهير - بنغازى ١٨,٥ جنيه
المشاهير - طرابلس ٣٠,٥ جنيه

الخطوط المصرية للطيران الدولي
٣٧ شارع عبد الحافظ - نوبت - ١٠٠ (المنطقة قديمة سابقا) ٤٤٤٤٤٤ - ٨٨٨٨٥

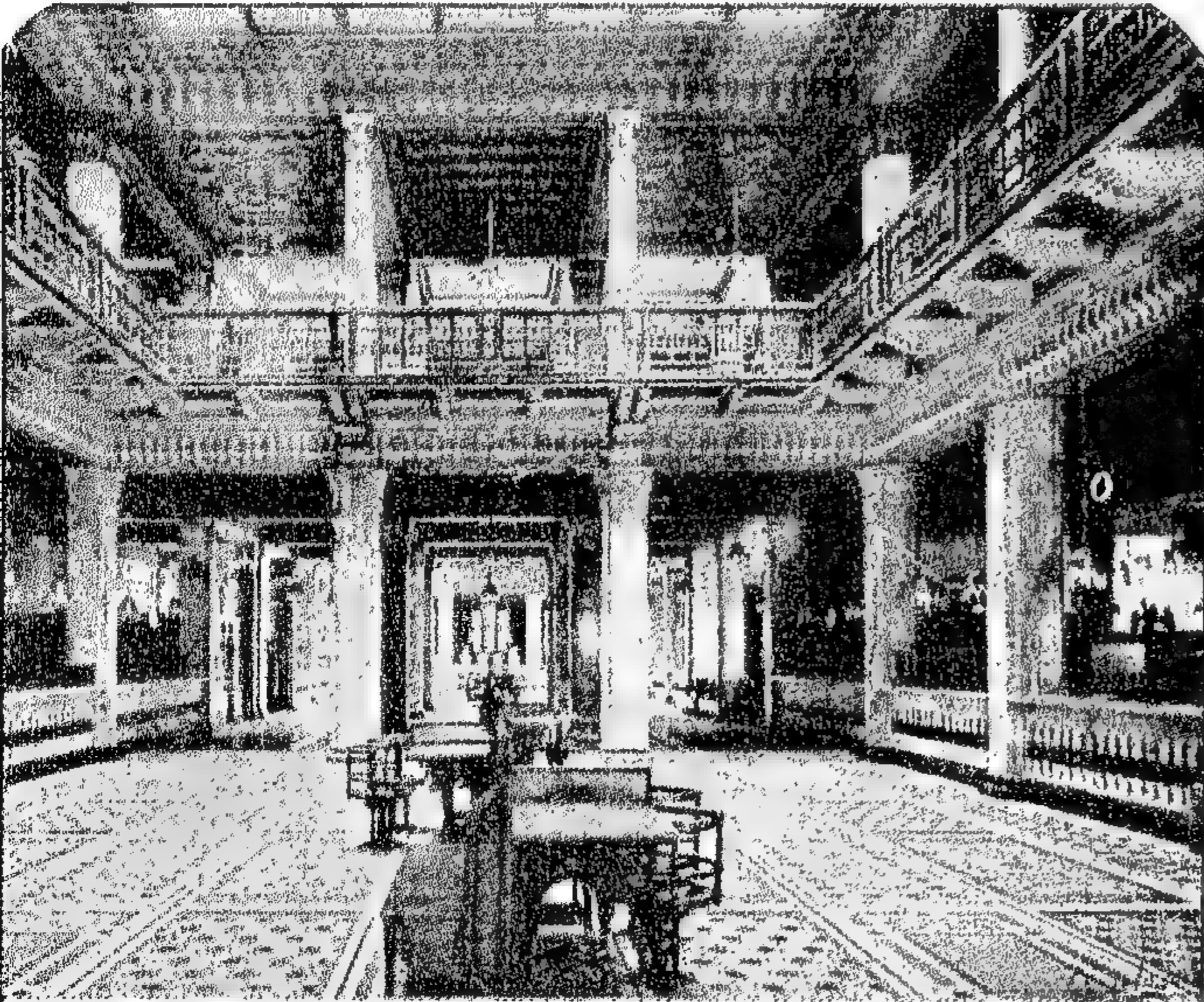


خبر في يادكتور..

إذا كانت المطهرات جميعاً تقضى على الجراثيم
فكيف يكون أحدها أكثر أماناً من غيره؟

بعض المطهرات تفقد معظم قوتها أثناء وجود الدم
كما أن منها - رغم شدة فكه - ما يتطلب مزيجاً عنائياً كبيراً
حتى يكون لطيفاً على الأنسجة . ولا بد للمطهر المأمون
في الاستعمال العادي من مقدرة قوية على الفتك
بالجراثيم أثناء وجود الدم . وأن يكون غير سام
لأيلوث . ومفعول لطيف على الأنسجة . وهذه
هي بعض المزايا التي تجعل ديتول مأمون الاستعمال

ديتول المطهر العصري



بنك مصر

البناء الذي رفعت العزة المصرية
وعنامتها في الاستقلال الاقتصادي
مؤسس شركاتها القومية
منشئ الصناعات الكبرى
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية
فزوعه بعواصم المديريات ومدنها الكبرى
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارج

فيعود اليك نادماً مستغفراً)
وهمست لشيطانها في إباء
(حاشا لله .. وما ذنب
الطفل البريء الذي أثمره
زواجنا ؟ .. ما ذنبه حتى
نلطح مستقبله بالوحل
والعار (! لا .. لا ..) وعاد
الشيطان يهمس اليها في
أصرار (يا غبية .. الغدر
بأهل الغدر عند الله وفاء !!)
وراحت تذرع الغرفة في
حنق وثورة وقد أغرورقت
عينها بالدموع .. وكأنها
استجابت لنداء الشيطان ،
فتدفقت الكلمات من بين
شفتيها كالحمم : (المجرم ..
الخائن ! .. يمينا لأعلمنه
درسا لا ينساه !)

وفجأة ... دقت ساعة
المنزل تعلن انتصاف النهار
فانتفضت مجفلة وأفلتت
الرسالة من بين أناملها
المرتعشة فسقطت على الأرض
وحين مالت بجذعها
لثلتقطها ، توقفت في مكانها
وقد فغر فاهها وتقلص
جبينها واتسعت عينها ؟؟
وحين استعادت هدوءها
بعد لحظات ، مدت يدها في
لهفة - وقد عادت إلى نظراتها
براءتها وطهرها - فالتقطت
الرسالة التي كانت قد
انقلبت على وجهها الآخر
وبسببتها بين يديها ..
وراحت تقرأ وهي تجفف
دموعها ؟؟

زوجتي المحبوبة سعاد :
إذا كنت قد قرأت ما كتب
على الوجه الآخر ، فلا تصدقي
منه حرفاً واحداً .. إذ أن
شقيقتي (احسان) هي التي
أصرت على أن تداعبك بهذه
الرسالة المختلقة بمناسبة
(أول أبريل) ولكني خشيت
على قلبك الكريم شعورك
الرقيق مما جاء فيها ، فكتبت
اليك هذه الكلمات .. حتى
تطمئني إلى أنني ما زلت
زوجك المحب المخلص الأمين
(محمود)

وبدأت تذكر بعض
تصرفات وأقوال أتاها أو
تفوه بها ومرت على سمعها
دون أن توليها شيئاً من
الاهتمام أو التدقيق ..
ولكنها الآن تستطيع أن
تعلل كل شيء ؟!
لم يكن يقبلها أو يعانقها
إلا إذا أحس أن طيف عشيقته
يرتسم أمام ناظريه وأن
شفتيها تقتربان من شفتيه
وجسدها القدر يقترب من
جسده ! ..
كانت تحبه وتحترمه
وتخلص له .. وكان هو
يخدعها بقبلاته الفاترة
والفاظه المعسولة ليضللها ثم
يخونها مع غيرها ..

شكراً للقدر ، فلو لم
يسافر أمس .. لما تسلمت
الخطاب ولما عرفت شيئاً عن
خيانته لها وخداعه ونفاقه
معها طيلة هذه الأعوام ...
ولما عرفت شيئاً عن تلك
المرأة الفاجرة التي انحط إلى
عشقها .. وسمح لها أن
تسب زوجته الوفية .. في
خطاباتها ! ..

ماذا جنت ، وما قدمت
يدها إليه إلا كل خير ؟؟
لماذا يخونها ، وقد وهبته
قلبها وجسدها وكل ما تملك
من حياتها !
أهذا جزاؤها على وفائها
وحبها ؟؟

أليست جميلة ؟! ألم يهمس
إليها مراراً (أنك أجمل من
الجمال وأعذب من الفتنة)
أذن ماذا ينقصها حتى
يهجرها أو يخونها ؟؟
لا شيء .. لا شيء على
الإطلاق ..

ما أقدر صنف الرجال ..
كلهم منافقون ! ..
وأدرك الشيطان أن اللحظة
الفاصلة قد حانت .. قشة
ويقصم ظهر البعير ! ..
وهمس في أذنها (مثل
هذا الرجل لا يستحق
التضحية أو الاخلاص ...
عامليه بالمثل .. أشعريه
أنك قادرة على أن تفعل مثله ،

بولير من التريكو

على بعد ١٨ سم من الحردة
اسلتي الغرز الباقية على
أربع مرات .
اعمل الجهة الاخرى بالعكس
الظهر :

ابتدئي ٩٦ غرزة وزودي
الى اليمين غرزة واحدة كل
٥ سم (٤ مرات)

على بعد ٢٠ سم اعمل
الحردة : اسلتي من كل
جهة ٤ غرز ثم كل صفين
غرزتين (مرتين) غرزة
(مرتين) . وانتهى بالعدل
على بعد ١٨ سم من
الحردة اسلتي من كل جهة
٣٥ غرزة على ٤ مرات ثم
الباقى مرة واحدة .
الكم اليمين :

ابتدئي ٦٨ غرزة .
زودي الى اليمين غرزة
واحدة كل ٦ سم (٥ مرات)
الى اليسار غرزة واحدة
كل ٣ سم (٩ مرات)

على بعد ٣٢ سم من اسفل
اسلتي الى اليمين ٨ غرز ثم
كل صفين غرزتين (٨ مرات)
وغرزة (٧ مرات) .

الى اليسار ٤ غرز ثم كل
صفين غرزتان (٥ مرات)
غرزة واحدة (١٠ مرات)
يجب ان يتبقى ٢٧ غرزة
اجبكي ١٧ سم ثم اسلتي
الى اليمين ١٢ غرزة ثم اسلتي

أصبح الجوجميلا وأصبحت
السهرات في الهواء الطلق
محببة الى النفس . ولا شك
أن هذا البولير الصغير
سيكون جميلا جدا ان
ارتديتيه على فستانك الخفيف
ويمكنك تنفيذه بخيط من
الصوف (٤ فتلات) أو
بخيط من القطن أما الجاكار
فهو من الخيط الاخضر
والازرق للمقاس ٤٢

٢٥٠ جرام من الصوف
أو شلتان من خيط القطن
المصري وزن الشيلة ١٠٠
جرام . ابر تريكو ٣ ملمتر
٤ أمتار من الشريط الزخرفي
عدد ٢ حشو اكتاف .

الجزء الامامي اليمين :
ابتدئي على ٤٢ غرزة . زودي
(الى اليمين) كل صفين :
غرزتين (مرتين) وغرزة
كل (سبع مرات) . كل اربع
صفوف غرزة واحدة (٥ مرات)
(الى اليسار) غرزة واحدة
كل ٧ سم (٥ مرات) .

على بعد ١٨ سم عمل
حردة الكم . اسلتي الى
اليسار ٦ غرز ثم غرزتين كل
صفين (مرتين) على بعد
٣١ سم من اسفل . اسلتي
الى اليمين : (٦ مرات)
غرزتين كل صفين وانتهى
بالعدل .

صوف التريكو

LAVENDA

لافتة

استعملوا فتلات التريكو « لافتة »

فتلات
على
صوف :

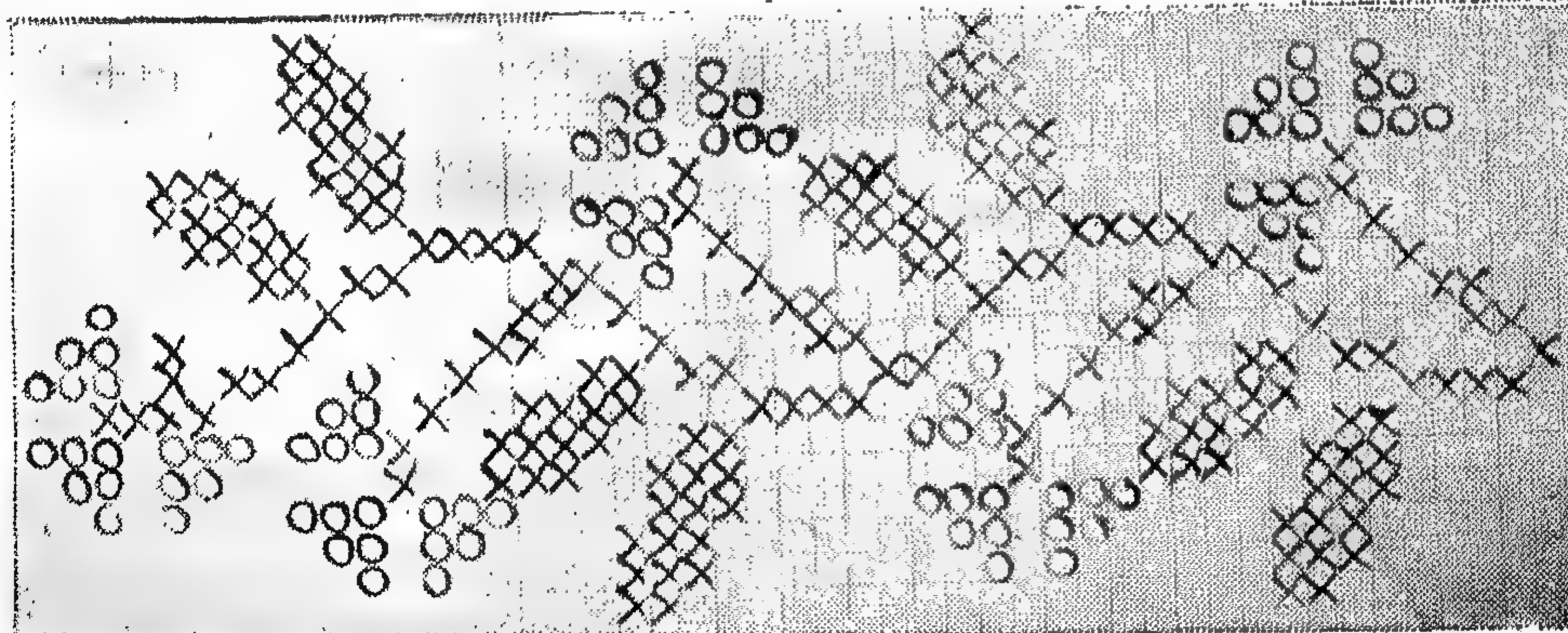


لا ينكمش

يحفظ بمرورته
يمكن غسله

قام بصنعه في إنجلترا :

LISTER & COMPANY (Knitting Wools)
LIMITED, BRADFORD



رسم الجاكار ال x باللون الاخضر وال ه باللون الازرق الفاتح

الس...
في الصحة الجيدة
هو النظام حركة الامعاء



رسالة الكبر

عزيزتي بنت النيل

... لي صديقة في العشرين من عمرها أصيبت في طفولتها بمرض أفقدها إحدى عينيها وما أن بلغت السادسة حتى توفى والدها وترك لها ولوالدتها معاشا لا يكاد يكفيهما. واستطاعت الوالدة رغم ضيق ذات يدها أن تتركب لابنتها البائسة هذه عينا صناعية جاءت في غاية من الاتقان والابداع حتى لا يكاد الإنسان يفرق بينها وبين العين السليمة ... وهما هي ذى صاحبتنا تبلغ العشرين فيتقدم لطلب يدها أكثر من شاب خلالها الحسنة وسمعتها الطيبة ولكنها رفضت كل هؤلاء بدعوى أنها لا تريد أن تتزوج الامن طبيب مع العلم أن كل من طلب يدها كان لا يقل مركزا عنه . وساق لها القدر الطبيب المرتجي . وهي الآن حيرى من أمرها لا تدرى أحدثه بالحقيقة المرة وتجرح كبرياءها أم تسكت فيكشف هو أمرها . ومن جهة أخرى أمامها زوج أمها الذي ازداد لها كراهية لما علم بطلب الطبيب يدها .

لقد سمعت هذه الفتاة التعسة أن في مصر اخصائيا في العيون يستطيع أن يضع عين ميت مكان عينها الصناعية . فهل هذا صحيح وماتكاليف ذلك ياسيدتي ؟ انها في حالة نفسية مؤلمة ولولا ايمانها بالله لانتحرت من زمن . انقذنيها ياسيدتي من براثن هذا اليأس المتسلط عليها . انقذنيها بشيء من نصائحك وباستفسارك عن عملية نقل العين .

طالبة جامعية ... القاهرة

سألت احدى الاخصائيين المشهورين عن عملية نقل عين الميت ، فقال ان هذه العملية لم تتعد بعد دور التجارب . أما الطبيب الذي تشيرين اليه ففي استطاعته فقط ترقيع القرنية وذلك لا ينطبق على حالة صديقتك مع الاسف . غير أنى لأفهم يا صديقتي سبب يأس فتاتك لقد حرمتها الله من نعمة واحدة ولكنه تعالى قد عوضها بخصال حميدة وأخلاق رفيعة مما جعل الشباب يتهافتون على طلب يدها . أشيرى على صديقتك ألا تخفى الحقيقة على الطبيب الذى تقدم لخطبتها وأن تقص عليه قصتها اذ أن الزواج يجب أن يكون مشيدا على أسس متينة من الصراحة والثقة المتبادلة ، وانى واثقة كل الثقة أنه لن يحجم عن الزواج منها لهذا السبب ان كانت لديه الشجاعة الكافية والشخصية القوية فالسعادة الزوجية ليست بجمال الوجه ورشاقة القد وسحر العيون وحدها انما السعادة الزوجية الحقة هي التفاهم والتعاطف والانسجام الروحي . لتطمئن صديقتك اذن على مستقبلها ولتعلم أن الرجال مثاليون أكثر مما يبدون بنت النيل



الرسم بخيط من ذهب . ان أردت أن يكون البوليرو أكثر اناقة اعلميه من كوردونيه سانت جنيف الاسود .

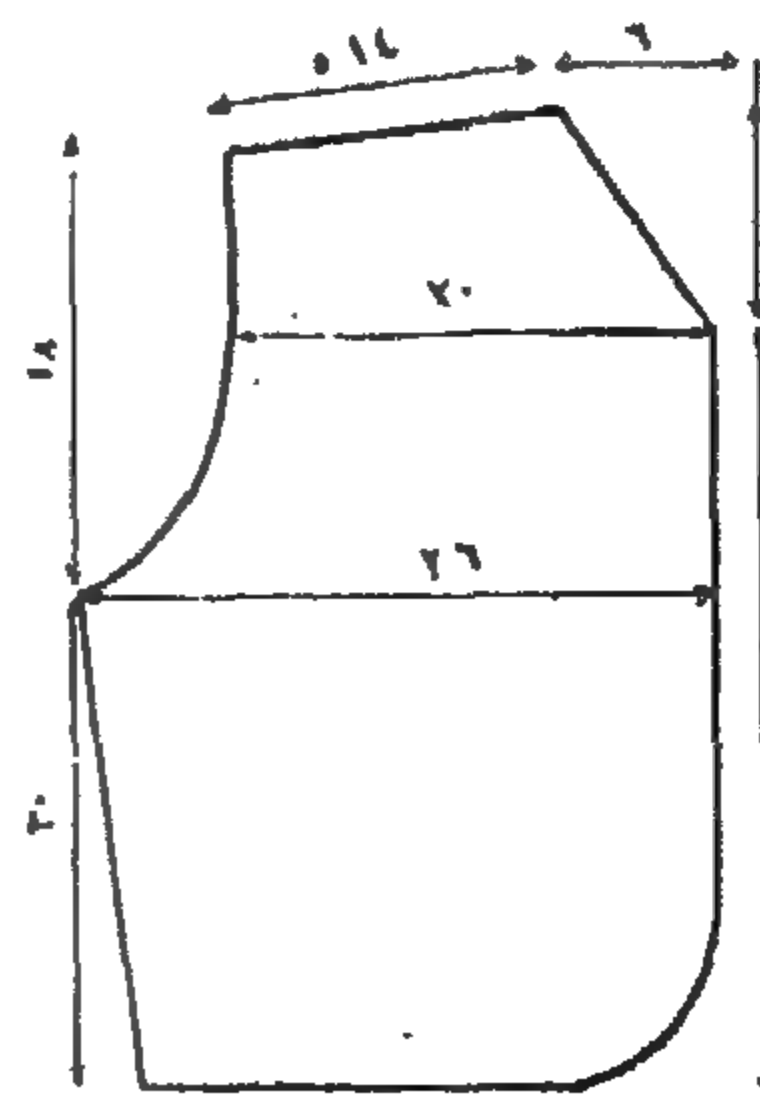
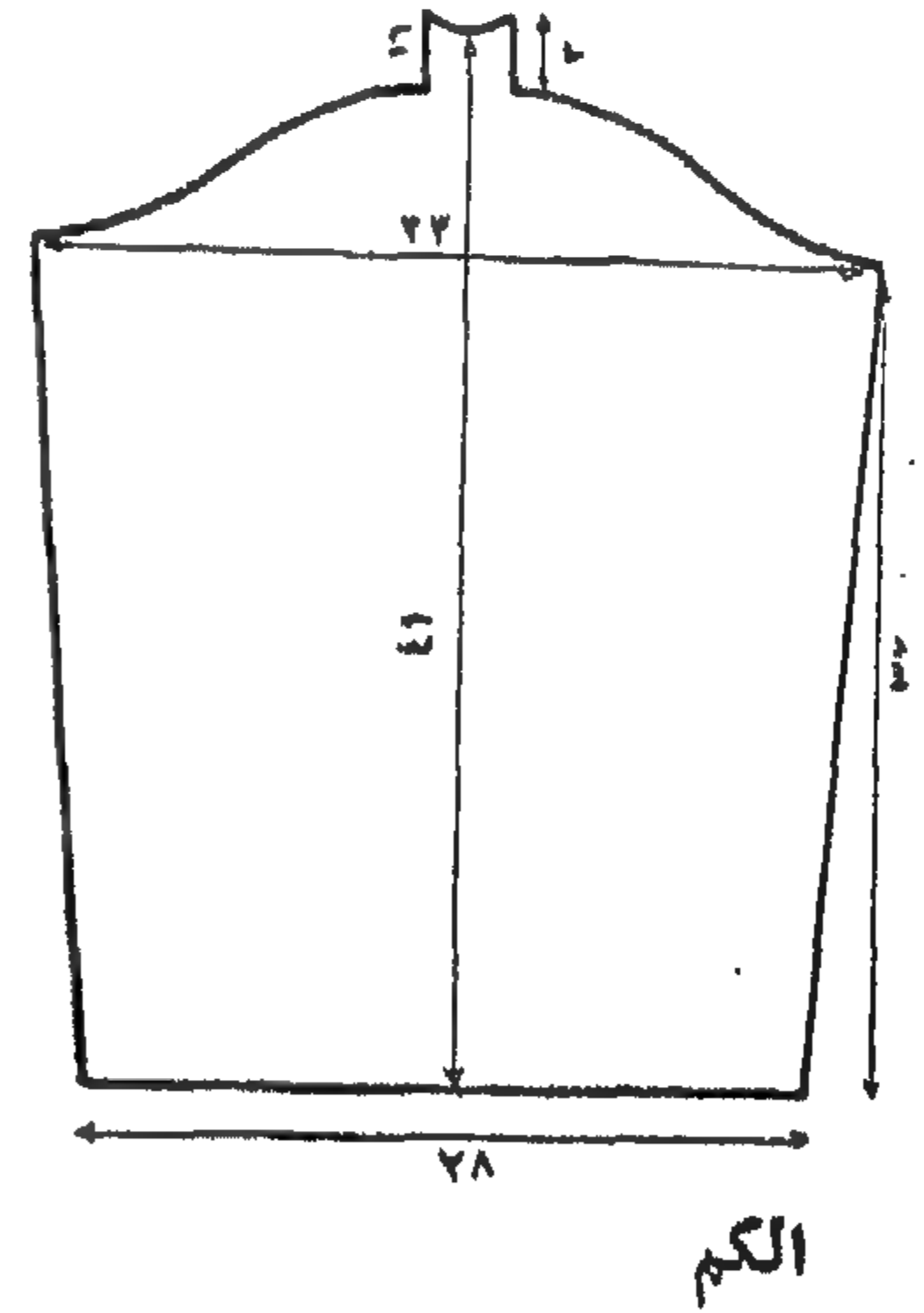
ليس امامك الآن الا ان تكوى جيدا القطع الاربع وعمل القطب والاورليه من حولها . وخياطة الشريط الزخرفي ووضع حشو الاكتاف .

لعمل الجاكار × الاخضر السوق وأوراق .

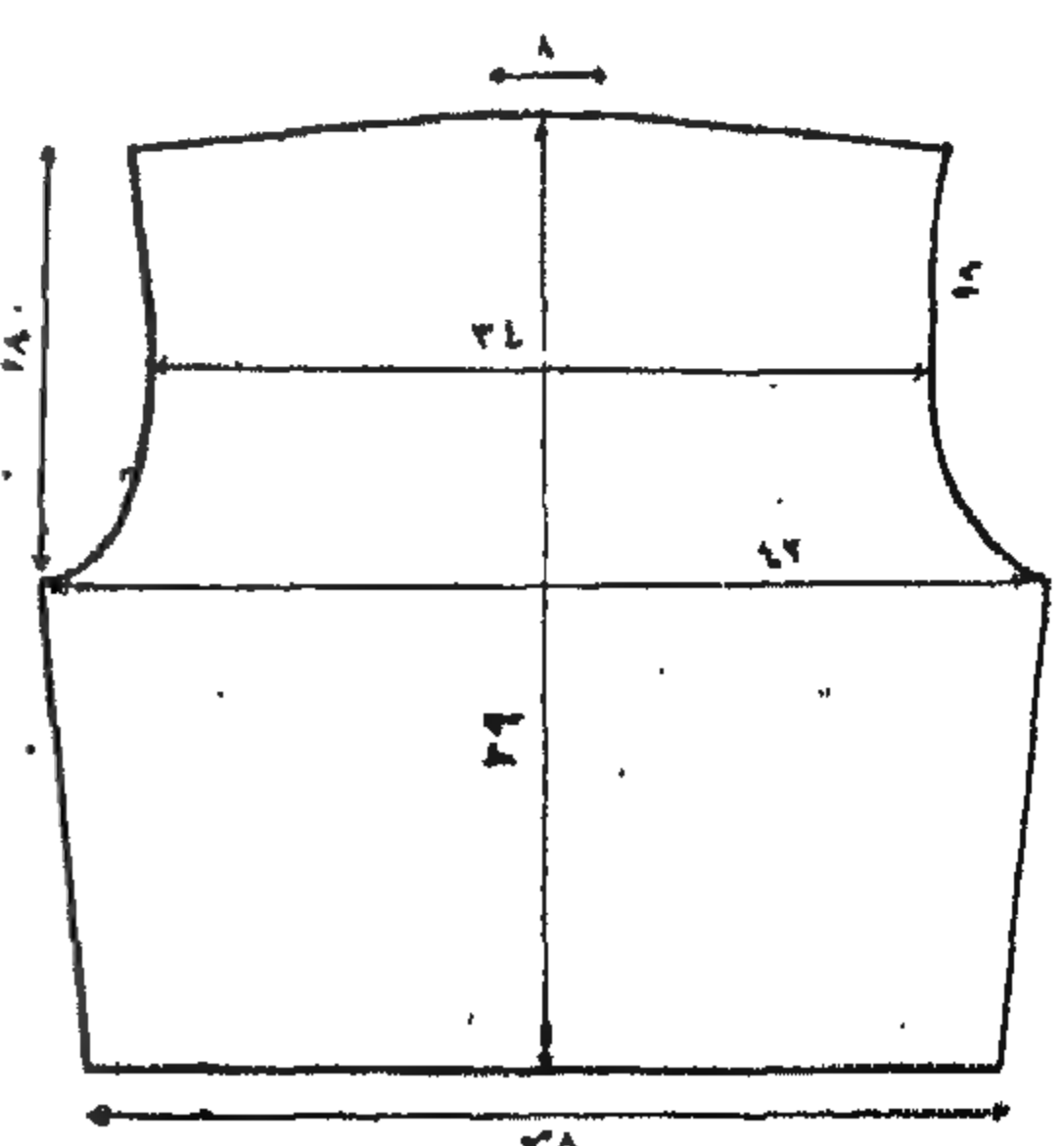
لعمل الجاكار ٥ لالوان الازهار .

ان اردت عمل الرسم بالخيط المذهب اعلمى الرسم كله بنفس الخيط .

الغرز الباقية غرزتين غرزتين أعلى الكم الآخر بالعكس الجاكار يجب أن يكون تماما في وسط الكمين . ابدئي على ٣ سم من أسفل الساق المتسلقة والاوراق من اللون الاخضر والازهار فاتحة ، يمكنك أيضا ان تنفذى



الامام



الظهر

بين الطالبات والطلبة في بعض الكليات مصدره في اعتقادنا أن الروح الجامعية الاصيلية لم تتمكن في تلك الكليات تمكنها في كلية الآداب

ونحب ان نذكر ان الجامعة في جميع بلاد العالم مقرر للعلم يستمتع به الاناث والذكور على السواء ، وليس لاحد فضل على أحد الا بالجد والاجتهاد ، وفيها مستوى الرءوس بغض النظر عن الجنس ، وحسب شباب الجامعة ان سمعته عظيمة في الهيئات المصرية فان صدره يتسع لزميلاته في جميع الظروف والمناسبات ، وان أملنا لو طيد أن تبقى هذه السمعة قائمة ، وهي سمعة تؤكد مكاننا الملحوظ في الحضارة الحديثة .

فلتنهأ كلية الآداب بسمعتها، ولتحاول كل كلية ان تضرب المثل لتلك الكلية على فهمها للحياة الجامعية المثالية ، فان الجامعة ليست علما خالصا بل هي قبل كل شيء مكان لتربية النفس وتهذيبها ، والكلية الجديرة باحترام الجميع تلك الكلية التي تعرف للفتاة مكانة الاخت الشقيقة داخل حجرات الدرس وفي الفضاء الطلق



نتائج يرتاح لها كل أب ، وقد أثبتت تلك الرحلة أن اشتراك الجنسين في النشاط الجامعي أمر يؤدي أجمل الثمرات ، فأنه فوق الافادة العلمية ومتعة النفس بجو الصعيد الجميل في الشتاء ، قضى الطلاب من الجنسين باشراف أساتذتهم وزوجات اساتذتهم اياما شعر الجميع فيها بجو الاسرة الواحدة ونحن اذ ننشر هاتين الصورتين ونعني خاصة بتلك الرحلة ، فانما نقصد من ذلك ضرب المثل ، فقد ترامي اليها أن هناك جفوة

الرحلات الجامعية

رحلة كلية الآداب

آثار الوجه القبلي يدرسونها زهاء عشرة أيام ، وكان يشرف على الرحلة الدكتوران ابراهيم رزقانه ومحمد الصياد والجميل الذي لاحظته سكان تلك المناطق ان طالبات الجامعة كن مثالا للوقار والادب وضربن مثلا طيبا على نتائج المشاركة بين الجنسين في الجامعة وهي

نشطت الحياة الجامعية في السنوات الاخيرة بعد انتهاء الحرب ، وقامت اتحادات الكليات برحلات الى مصر وإلى خارجها ، وكانت كلية الآداب في جامعة فؤاد الاول أسبق كليات الجامعة في هذا النشاط وقد نظمت لجنة الرحلات في الكلية نحو عشرين رحلة الى بلاد القطر المختلفة ، وكان في مقدمتها رحلتا الشمال والجنوب ، وقصدت رحلة الشمال الى الاسكندرية ومرسى مطروح والسلوم ثم واصلت سيرها حتى كابوتزو والبردية ودرست المواضيع الجغرافية للحرب الاخيرة كما شاهدت حياة المصريين والاعراب هناك ، ولقيت من السلطات المصرية والبرقية كل تقدير واحتفال أما رحلة الجنوب التي ننشر هنا بعض صورها فكانت مثالا للروح الاجتماعية في الجامعة اذ كانت مؤلفة من نحو سبعين استاذًا وطالبًا وطالبة ، مضوا الى

صح أم خطأ : جواب الاسئلة المنشورة ص ٣٥

- بأمريكا الجنوبية .
- ٨ - خطأ . لقد حكم الغوري مصر ومات مقتولا وهو يدافع عن دولته ضد جيوش سليم الاول العثماني .
- ٩ - صح . ويسكنون في مغاور المقطم قريبا من القلعة واسم رئيسهم بابا سري .
- ١٠ - خطأ . فهو سمك نيلي .
- ١١ - صح . فقد جاء الفرنسيون بهذه المسلة من الاقصر .
- ١٢ - خطأ . فان مؤلف (فجر الاسلام) هو الاستاذ أحمد أمين بك

- ١ - خطأ . أول شعب عرف المكرونة هم أهل الصين .
- ٢ - صح .
- ٣ - خطأ . فالحوت حيوان ثديي يعيش في البحار .
- ٤ - صح . وكان يعرف باسم الكولونيل سيف .
- ٥ - صح .
- ٦ - صح . فان جميع جياذ الدربي يجب أن يكون عمرها ثلاث سنوات .
- ٧ - صح . فان قبعات بناما مصنوعة في جمهورية الاكوادور



تستقبلين يا سيدتي كما كانت تستقبل سيدات الأُمس

هذا الجوّ لمترف الذي اشتهرت به
صالونات فرنسا على مر الزمن
هذه الضيافة الرائعة التي لها قدرها
على خطوط إير فرانس هي من أجل مميزاتنا

ان السحر، والفرح، والأناقة
تسود على طائرات إير فرانس
أنت ضيفتنا كريمة
إن الذين يتقبلونك يحيون لك

البيروت - القاهرة - لندن

الفروع : القاهرة عمارة فندق
شبرد تليفون ٤٥٦٧٠
الاسكندرية : ٣ شارع فؤاد
تليفون ٢١٢٧٥



الادارة المركزية والمحطة الجوية
القاهرة : ميدان سليمان باشا
تليفون ١٥ - ٧٩٩١٤



الآنسة ص. ح :

(١) هذا الكورسيه لا يمكن صنعه الا عند اخصائى . حاولى النزول الى بيروت فقد تجددين ما أنت فى حاجة اليه (٢) دلكى وجهك من أسفل الى أعلى يوميا الى أن يتلاشى هذا الترهل (٣) أنت قصيرة نوعا ما ويجب عليك ممارسة الالعاب الرياضية . هل عرضت نفسك على طبيب ؟ اننا نكاد نجزم انك فى حاجة الى كالمسيوم .

الآنسة احدى قارئات بنت النيل :
ان الزمن كفىل بمحو آثار هذه الصدمة . اياك والوحدة . اكثرى من المطالعة . مارسى الالعاب الرياضية . اختلطى بالناس . فان الحياة ملأى بالأسى وان قارنا حالتك بحالة غيرك وجدنا انك فى سعادة .

ز.م.ن. محرم بك :

ليس الفقر عيبا . ان صديقاتك وحدهن فى استطاعتهم أن يتولين بيع ما اشتغلته .

قارئة مجلتكم :

(١) لا توجد طريقة احسن من التى تعرفينها . ولكن لم العجلة (٢) ابعدى عن هذه الخواطر فانها لا توث الا الندم (٣) لانعتقد أن هذه المسألة تهلك فى الوقت الحاضر (٤) امتنمى عن شرب الماء أثناء

الطعام ومارسى التمرينات الرياضية الخاصة بالبطن وعضلاته . ارجعى الى مجموعة بنت النيل .

ليلى الاخيلية :

(١) لقد نشرنا عن الايتيسكيت سلسلة من المقالات فارجمى الى مجموعة بنت النيل (٢) لابد من التدليك ياسيدتى والحمامات البخارية لمثل حالتك . اما ان كانت ظروفك تحول بينك وبين هذا العلاج فليس أمامك سوى المشى ونط الحبل (٣) لاعلاج لانتفاخ الانف عند النوم فهذه حالة طبيعية تنتج عن احتقان الدم . فلا داعى اذن لكل هذا الاهتمام (٤) يستحسن اخفاؤه بلبس التروكار .

السيدة ف.م.م. بمصر الجديدة :

(١) اصفرار الوجه علامة الضعف العام . يجب أن تقوى نفسك وان تفحصى كبدك فقد يكون سبب الداء (٢) بادرى الى عرض نفسك على اخصائى فى امراض العيون ليصف لك الرهم المناسب (٣) كيف تتركين هذه المسألة بدون استشارة اخصائى فى امراض النساء ؟ (٤) راجعى ما وصفناه لفيرك من القارئات علاجا لتقوية الشعر (٥) اياك والمشي خافية القدمين . دلكى كعب قدمك بحجر الحمام وادهنيه بكريم مغد أو بالجلسرين .

السيدة س. حسين الزمالك :

ارجعى الى مجموعة بنت النيل فيها كل ما تريدين فى باب الماكياج

ك.م.م. بالسيدة زينب :

(١) هل انتفاخ عينيك طبيعى ام ظهر فجأة ؟ فى الحالة الاولى لا يمكن مع الاسف علاجه اما فى الحالة الثانية فلا بد من فحص البول (٢) جربى تدليك منابت شعرك وتسريحه يوميا لمدة عشر دقائق . اغسله بالماء الفاتر والصابون الجيد (٣) ضعى اودورونو تحت ابطيك (٤) امشى بحذاء ذى كعب واطىء واصعدى السلم على اطراف اصابعك ان اردت علاج رنح سايقك

فوزية زكى . شمرا :

(١) سنجيبك الى طلبك فى اول فرصة (٢) لانتصحك بصيغ جواربك فقد تحترق خيوطه ان كانت من النوع الرديء .

الآنسة ايزيس اسكندر :

الا تترين أن الشتاء قد ولى . سننشر كيفية عمل هذا الشال بالتريكو فى اكتوبر القادم ان شاء الله .

زوج متالم :

المعيشة غالية بالنسبة للمتزوج والاعزب . أما تشجيع الزواج

فيأتى عن طريق المرتبات نفسها كما تفعل بعض الشركات وحكومات اوروبا وامريكا . لآعن طريق امانة الغلاء .

ب.م.م. مشتركة بالريف :

(١) لانعرف عن هذا الزيت شيئا (٢) يظهر انك تزاولين هذا التمرين بعنف مما يؤثر على ضربات قلبك مارسى رياضتك بحكمة وروية واياك والارهاق .

قارئة :

(١) دلكى يدك بكريم مغد يوميا قبل النوم (٢) اعرضى نفسك على اخصائى فى الامراض الباطنية لعله يطلب اليك أن تعملى أشعة .

الحائر البائس ر.ن الصعيدى بمصر :

تبين لنا من اسلوبك انك على جانب كبير من الثقافة واننا نعرف شيانا حائزين درجات جامعية عالية لا يستطيعون مع الاسف التعبير عن افكارهم بمثل هذه السهولة التى عبرت بها عما يجيش بخاطرهم . المسألة اذن ليست مسألة شهادات بل مسألة ثقة النفس . حاول أن تتخلص من عقدة النقص التى تنتابك . قل فى نفسك ان مئات الجامعيين كانوا يتمنون أن يحصلوا على مركزك . كن عمليا واترك هذه النظريات التى لاتفنى قليلا . اكتب لنا بين الحين والآخر لنطمئن عليك .

أطلبى لهذه العينة مجانا

طريقة حديثة للوقاية تمنع متاعب السيدات الشهرية

ارسلى الكوبون اليوم

تستطيع كل سيدة متزوجة الحصول على العينة المجانية مع الارشادات الوافية من السيدة المختصة لدى وكلاء معامل « تامبيكس » بمصر .
والآن املئى الكوبون وارسله الى :
محلات م.ل. فرانكو وشركاه
س. بنتو وشركاه (خلفاء)
٢٦ شارع قصر النيل بالقاهرة

كوبون للحصول على العينة

م.ل. فرانكو وشركاه . من سترو وشركاه (مخفاة)
٢٦ شارع قصر النيل بمصر

الاسم ...
العنوان ...

اطلبى ياسيدتى هذه العينة مجانا !!
الآن تستطيع جميع السيدات تجربة هذه الطريقة الحديثة للتخلص من المضايقات التى تصاحب بعض أيام الشهر .
الآن يمكنك ياسيدتى أن تودعى تلك الارتباكات التى تعتربك أيام الدور الشهرى ، فلا حاجة بك الى استعمال الاربطة والضمادات التى غالبا ما تسبب لك التهابات موضعية ، وكذلك لم يعد هناك مجال لانبعاث أية رائحة تسبب لك المضايقات
وذلك بفضل « تامبيكس » الذى يستعمل داخليا .
و « تامبيكس » هذا عبارة عن قطعة اسطوانية الشكل من القطن الطبي المضغوط ضغطا شديدا ليكون سريع وجيد الامتصاص (انظرى الرسم) وليسهل وضعه فى الداخل .

والسيدة التى تستعمل « تامبيكس » لاتكاد حتى تشعر بوجوده ، كما لا يظهر له أى اثر خارجى مهما كانت السيدة مرتدية ارق فساتين السهرة ... بل « تامبيكس » يمكنها أيضا من السباحة والرقص وممارسة جميع العالبا الرياضية وبما أن « تامبيكس » صغير الحجم جدا فيمكن للسيدة أن تحتفظ منه بالكمية اللازمة لها فى حقيبة يدها اينما ذهبت ، كما تستطيع استبداله بمنتهى السهولة وبدون خلع الملابس .



تامبيكس

بلا أربطة ولا ضمادات

الفن وحقوق المرأة



«الخمسين» وهي لوحة بديعة للرسماء (اميليا دافورنو كالسوناو) انى ستعرض بعض لوحاتها الفريدة تحت رعاية اتحاد بنت النيل في مكتبة علاء الدين ٨ شارع قصر النيل ابتداء من يوم ١٢ ابريل الساعة الخامسة مساء

مثال يستلهم المرأة الوحي فينحت من الصخر انثى تشبه المرأة أو تكاد . وقد بعث الينا التاريخ بصور من الحياة رعت المرأة فيها الرجل ومتعته بعطفها وقرب مثل الى ذلك قصة جورج صاند مع شوبان . فهل نستبعد بعد هذا أن ترعى المرأة النتاج السياسى للرجل بل تشاركه فيه .

وقد أفسح الفن صدره للمرأة وجعل لها مكانتها فى شتى نواحيه لدرجة لا يستطيع الفن معها أن يستغنى عن جهودها بدليل فشل أغلب النزعات الفردية فى الانتاج الفنى وقد فشلت جميع الافلام التى اقتصر فى تمثيلها على عنصر الرجال مما يدل على أن الفن أصبح لا يستطيع أن يستغنى عن المرأة .

لقد عودنا الفن دائما أن يكون حدوبا على المرأة يفسح لها المجال بين رجباته فتشرب هى منه ما شاء لها ويندمج فى نفسها قبل أن تعمد هى الى اعلان ذلك . وانى أستطيع أن أجزم أن أول مجال اشتركت فيه المرأة بجانب الرجل هو مجال الفن سواء كان هذا فى المجتمعات الصغيرة أو المجتمعات الكبيرة .

ولم تقتصر عزيمة المرأة على الاشتراك الفعلى فى الانتاج الفنى ولم تقف جهودها عند حد التقدم بالفن وبغيره من ضروب الحياة بل ان أكثر نتاج عقلية الانسان مرجعه الى المرأة فهذا شاعر يتغنى بامرأة ، وذاك رسام ينقش على الورق ما يتخيله فى المرأة من جمال محيوس عن ناظره ، وهذا

لاى مؤثر سوى المصلحة العامة فلا تنتخب سوى الاصلح مهما كانت الظروف . وهكذا يضرب لنا الفن مثلا لا بد أن ينظر اليه قادة الراى بعين التقدير ويكون سابقة يأخذ بها الجميع فى الناحية السياسية وغيرها .

ومن المسلم به أن المجتمعات دائما تنزع الى التقدم وتميل الى الرقى ولكن أرى مجتمعا غير هذا فهناك من يدعون بحرمان المرأة حقها السياسى أى يدعون الى الرجوع قرونا وأجيالا الى الوراء . .

فى سالف الزمن وفى مختلف العصور لا نجد سوى النزعة الى تقدير المرأة وتمجيدها ، بل أكثر من هذا كانت النزعة ترمى الى تأليه المرأة فاليونان مثلا وهم من أقدم الشعوب حضارة ورقيا جعلوا آلهتهم نساء وذكورا فهناك افروديت وفيينوس وغيرهما !

فهل بعد أن جعل اليونان نساءهم آلهة نتردد نحن فى أن نجعل من نساءنا نوابا بجانب الرجال ! . .

فتحنى محمد عبده

وقد أدى الفن والمشتغلون به واجبا جديدا من واجباتهم نحو المرأة اذ انه قد اجرى انتخابات نقابة ممثلى المسرح والسينما وقد عمد بعض الفنانين من أعضاء النقابة الى تحطيم أسس الديمقراطية الفنية وحاولوا أن يسلبوا المرأة حقها فى الانتخاب ولكن الغالبية العظمى استنكرت هذه المغالاة فى حرمان المرأة من حقوقها واحتجت بأن الديمقراطية قد نصت على المساواة بين الجميع فى الحقوق والواجبات لا فرق بين رجل وامرأة .

وسرعان ما أخذ القائمون بالامر برأى الاغلبية وأعطوا المرأة حق الانتخاب والترشيح كاملا . فرشحت احمدى فناناتنا نفسها لعضوية النقابة وتمت عملية الانتخاب فاذا بالمرأة الوحيدة التى رشحت نفسها لم يصادفها النجاح رغم كثرة عدد المنتخبات ! وبالطبع لا نستطيع أن نمر على هذه الظاهرة سريعا اذ أن أقل ما تدل عليه هو أن المرأة فى عمليات الانتخاب لا تنقاد

حاليا

آسيا تقدم فكاهة تسعد قلبك ...!

ديانا بالقاهرة

شاديه

كمال الشناوى

علاء ليلك

مع

حسن فايز • عزيز عثمان
محمد كامل • نوز وشكيب
منجى • نزياسام

والطبيب المحبوب
عبد العزيز محمود

مزار أبو السعود ابى باري

سيدنا ريو بركات

دشاهد

أغربة مباراة صوت قوعما
بين بطلى الشرق فى المدينة

عزى السيد
محمد فرج

تصوير دى لوتكا

اضراج حسن الامام

قواعد جمالك

بقلم وينفريد ككسي الخبيرة الاختصاصية لمعامل
اليزابث آردن

مرض
مخدرات الصيف

تشكيلة عظيمة

من الحار والليل

المطبوع صنعت

خصيصاً لآزيا

صيف ١٩٥٠

لمبو

٥ شارع فراد الأول ٥٦٥٠٦ - ٦٥٢٨٠

ان القاعدة الاولى للعناية بالبشرة - هي مراعاة عدم غسل الوجه والاستعاضة عنه بالكريمات المنظفة (كلينسنج كريم) ولوسيون البشرة - صعبة التنفيذ الى حد ما للواتي يعشن في جو حار . ويجب كثير من السيدات عندما يواجهن بهذه القاعدة : « انني لا احتمل أن أبقى دون أن أغسل وجهي ولن اشعر ابدا بأنه نظيف » واجابتي على ذلك ان تقومي بهذه التجربة البسيطة : يغسل الوجه أولاً ثم يغطى بواسطة منشفة من قطن الصوف عليها مقدار قليل من لوسيون البشرة (سكين لوشان) والكريم المنظف (كلينسنج كريم) . وان النتيجة التي ستظهر فوق المنشفة ستبرهن على ان الشعور بالنظافة عقب غسل الوجه ليس الا اعتقاد خاطيء لا اساس له من الحقيقة والواقع ان استنكارنا لغسل الوجه يرجع الى انه يعمل على تجفيف زيوت البشرة الطبيعية .

وحيث ان البشرة الجافة اسرع في التجعد فان نصيحتي تهدف الى الامتناع كلية عن غسل الوجه كما انصح بالاقبال من غسيل الوجه لمن كانت بشرتها غنية بالزيت الطبيعي وكانت الشمس تساعد المسام على افرازه بغزيرة . وانصح لمن بالاكثار من المواد التي تساعد على تماسك خلايا البشرة وتجانسها (وهي استرانجيت) ولا تنسى ياسيديتي ان استعمال هذه المواد يخشى من جفاف الجلد فاستعمال كريم مغذ جيد

أثناء الليل سيعوض تأثير استعمال (الاسترينجنت) أثناء النهار . والقاعدة الثانية للعناية بالبشرة هي : مراعاة عدم مباشرة علاج حالات البشرة بالمستحضرات المعدة لزيينة النهار . فهذه المستحضرات ليست الا غطاء رقيق لبشرة سليمة . ومثل هذه الحالات يجب ان تعالج أثناء الليل بالكريمات المغذية والمملطة والشافية للبشرة التي تتناسب وحالة البشرة . والقاعدة الثالثة هي ان تذكرى ان تكونى رقيقة بشرتك في جميع الاوقات وتجنبى تدليك الوجه بالادھنة . بل ملى برفق على السطح الظاهر للبشرة مع العناية الخاصة بالاماكن التي قد يكون بها تجاعيد . وهكذا ياسيديتي تستطيعين ان تتغلبى على تأثير الطبيعة وعبت الايام .



أول ضابط مصري بحارب الحسين

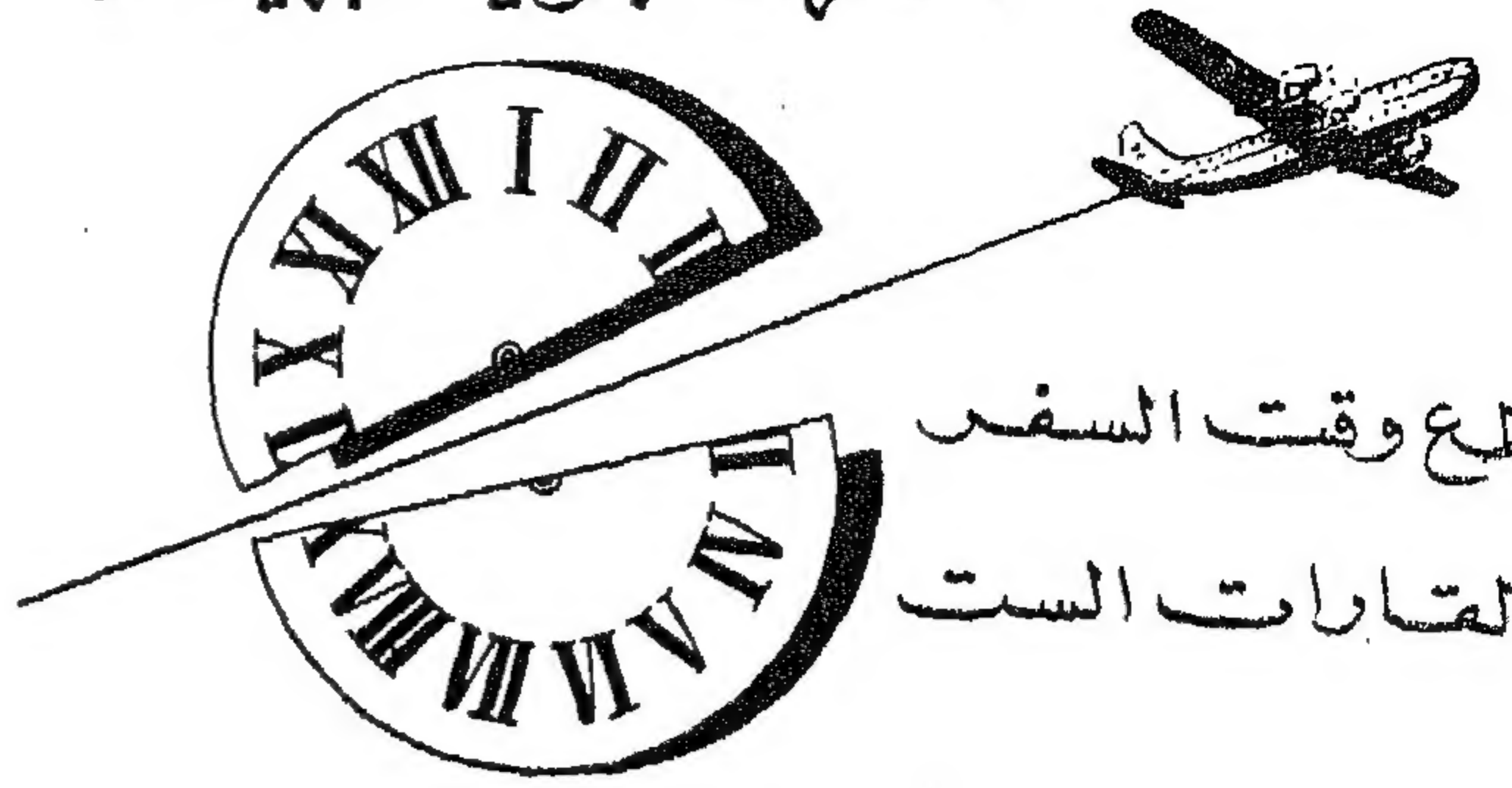
و قد كان من ١٩١٠ الى ١٩١٤
كسار رمال بالمطاحنة
التيان بـ...
فما رقد بـ...
و قد رقد بـ...

تشكيلة عظيمة
حسين صديق
مع القصة الشهيرة
حسينية وشلاي

الاسم الذي اسبقه روى
عن بكتري حزين شوق

توزيع حسين صديق في شارع فراد الأول - القاهرة

الطرق الجوية البريطانية



تقطع وقت السفر
إلى القارات الست

إن الطائرات السريعة بخدماتها المنتظمة إلى ٥١ قطاراً في القارات الست ، توفر من وقت سفرك الثمين الساعات والأيام أو عدة أسابيع أحياناً .
فأنت تسافر بسرعة وراحة طوال الرحلة بتذكرة واحدة ، وتتمتع بجواريات الطعام الترفيهية بغير أن تدفع مبالغ زائدة ، لقاء الرحلة التي تلمسها في تقاليد وخبرة ٣١ عاماً للطرق الجوية البريطانية

للاستعلامات ومركز المراكب اتصلوا : بمركز مراكب المراكب التابع للطرق الجوية البريطانية
القاهرة : شارع قصر النيل . ت. ٤٩٩٩٠ - ٤٩٩٩١ - ٤٩٧٤٧ الاستشارية ١٥ صباحاً - مساءً
٢٢٨٣٧ أوتو جميع الوكلاء لوكالات المراكب في جميع المدن

بريطانيا العظمى . الولايات المتحدة الأمريكية . برمودا . كندا . جزر الهند الغربية . وسط وجنوب أمريكا . الشرق الأوسط . غرب وشرق وجنوب أفريقيا . باكستان . الهند . سيلان . استراليا . نيوزيلاندا . الشرق الأقصى . اليابان

الطرق الجوية البريطانية تعنى بك كل العناية

سافر بطائرات B.O.A.C

BRITISH OVERSEAS AIRWAYS CORPORATION WITH Q.E.A. S.A.A., T.E.A.L.
M63

كريم مرير عجيب للجلد



انه علاج تجبيلي ودواء للجلد في آن واحد ذلك هو « زمبوك »
الكريم الطبي الابيض الخالي من الشحم ، يحفظ الجلد ناعماً ، لدناً ، فاتناً ، يخلص من الاكزيما وغيرها من الامراض الجلدية ، ينقي ويشفي الجروح ، الحروق ، قراع الرأس ، الجروح التسممة . الخ كما يخفف الاحتقان وتعب القدم المتورمة

Zam-Buk

زمبوك

كريم طبي خال من الشحم
لا يزال في مقدورك الحصول على زمبوك الأصلى المرصص العصى العظيم

هل أنت اجتماعية

من المعروف أن الاشخاص الاجتماعيين ينجحون أكثر من غيرهم في الحياة فرجال الاعمال يفضلون هؤلاء الاشخاص للاتصالات الهامة
هل فيك يا سيدتى هذه الصفة الثمينة ؟ ان مجموعة الاسئلة التي أعدناها لك ستكشف عن خبايا نفسك .
أجيبى عنها وضعى ٣ للسؤال الذى تكون اجابته (كثيراً) و ٢ على الجواب (من وقت لآخر) أما ان كانت الاجابة (قليلاً) فضعى لنفسك درجة واحدة ثم ضعى صفراً ان أجبت (بأبداً) .

والآن هل تحبين :

- ١ - أن تقدمى معارفك الواحد للآخر ؟
- ٢ - أن تعينى مندوبة لاجل المؤتمرات ؟
- ٣ - أن تجمعى نقوداً

- ٤ - أن تستقبلى أصدقاءك ؟
- ٥ - أن تلعبى تنس ؟
- ٦ - أن تذهبي الى حفلة تنكرية ؟
- ٧ - أن تذهبي فى رحلة خلوية ؟
- ٨ - أن تشتركى فى مسابقة رياضية ؟
- ٩ - أن تلعبى الورق ؟
- ١٠ - أن تكلمى معارفك بالتليفون ؟
- فان نلت من ٢٢ الى ٣٠ فأنت اجتماعية مبالغة .
- وان حصلت بين ١٨ و ٢١ فأنت اجتماعية معتدلة .
- وان كان مجموعك بين ١٤ و ١٧ فأنت متوسطة ويجب عليك أن تقومى ببعض الجهود لتكونى محبوبة .
- أما ان وصلت الى مجموع بين صفر و ١٣ فأنت من الذين يكرهون المجتمع .
- حاولى أن تندمجى فيه لئلا يكرهك الناس .

أهمية الاسنان الصناعية

بقية المنشور ص ٧

الطباء الاسنان غير صحيحة نظراً لتراكم الاكل تحتها .
وطبعاً المقصود بذلك كله هو الهروب بقدر الامكان من عمل الاسنان الصناعية المتحركة التى تعتبر أجمل منظراً علاوة على انها صحية جداً لانه يمكن رفعها وتنظيفها جيداً ولو كل يوم مرة فى الحمام بعد قفل الباب بالقفل والمفتاح ! وبذلك لا تتأثر الاسنان المجاورة بوجودها ولا تترك فرصة لبقايا الطعام كى تتخمر وتكسب الفم تلك الرائحة الكريهة التى ينفر الناس منها وتصبح حديث المجتمعات .

وفى الامم المتحدة كأمريكا و إنجلترا مثلاً لا تعتبر الاسنان الصناعية عورة كما هى الحال فى مصر وكثيراً ما تسمع

أثناء دعوة للعشاء مثلاً - أن تعتذر سيدة عن أكل طبق معين لأن أسنانها الصناعية لا تتحمل مضغه وهى تقول هذا الاعتذار فى صراحة تامة لانها تعلم أن ليس فى ذلك ما يشين او يدعو الى السخرية .

هذه صورة عابرة لادراك العقلية الفرنسية لهذه الناحية وجدير بالذكر ان الكثيرات من الجميلات فى امريكا يذهبن اولا الى طبيب الاسنان لاستكمال جمالهن من ناحية الاسنان توطئة للظهور على الشاشة البيضاء او فى الملاهى والمسارح فيقوم الطبيب بعلاج الاسنان وتكملة الناقص منها بحيث تبدو كلها ناصعة البياض فى قوس منتظم جميل وبمجرد الانتهاء من ذلك تذهب هذه الغادة مباشرة الى المخرج الفنى لتوقيع العقد .



محمد ذوالفقار

كاميلينا

في الفكاكة الرائعة

فتر ١٤



فردوس محمد حسن فائق عبد الفتاح لطفى
وداد محمد السيد بدر سامية رشدي
أحمد غانم فوزية ابراهيم



اضراب نيازي

انتاج ستوديو مصر
من الاثنين ٣ ابريل بسينما ستوديو مصر



سجارة
السيرة الأنيفة
أرداث
بهم فلتتر



المستوردون: الشركة المصرية ش.م.م من مارك ٤٨٨٤